

PEXELS

ESPECIAL PET

Os pets e os benefícios à saúde física e mental do tutor

P8

TRIBUNADEMINAS

FUNDADOR **JURACY AZEVEDO NEVES** | Ano XLIV | Nº 9.610 | **tribunademinas.com.br** | **R$ 5**



DOMINGO | 23 | MAR | 2025

VÉSPERAS DA REABERTURA

Mercado Municipal: contagem regressiva para reinauguração

Com data de reinauguração marcada para 10 de abril, Tribuna visitou o local e conversou com pessoas que acompanharam as obras e vão compor o dia a dia do novo mercado P17

FELIPE COURI



OBRA, QUE DUROU mais de um ano, recebeu investimento de R$ 11 milhões, com a proposta de tornar o lugar mais acessível e com mais espaços para os comerciantes



Bombeiros e polícias podem ser acionados por app e site

P3

AUTOCONHECIMENTO

Tribuna no Ar debate a imagem das mulheres e o posicionamento digital

P4

ONDE ELA QUISER

ARQUIVO PESSOAL



OS DESAFIOS ENFRENTADOS pelas mulheres no esporte P10 e 11

SAÚDE MENTAL

Seu filho precisa de terapia? Saiba quando procurar ajuda

P6

RECURSOS DO PAC

UFJF recebe R$ 6 mi para construir prédio de Veterinária

P3

INCLUSÃO

Parque Nacional do Itatiaia tem 1ª cachoeira acessível

P5

PAINEL

TM ON-LINE
Saiba mais em tribunademinas.com.br





Paulo Cesar Magella

Agenda conjunta

Ainda na campanha eleitoral, em entrevista à Rede Tribuna, a prefeita Margarida Salomão enfatizou a importância de a cidade capitanear projetos conjuntos para a região e ser indutora de eventos nos quais fosse possível levantar as demandas, como o que está previsto para o dia 14. Na mesma ocasião, destacou que uma agenda ampla não teria resultado, preferindo pontuar determinado tema para encaminhamento às instâncias estadual e federal.

Conexão aeroviária

A meta é que as lideranças, independentemente do viés ideológico, utilizem a mesma bandeira, a fim de mostrar unidade, como ocorre no Triângulo Mineiro, em que os políticos, a despeito de suas diferenças, atuam sincronizados e juntos quando os temas interessam à região. A conexão aeroviária é uma pauta que atende a todos os municípios. A região tem ativos importantes, como o Aeroporto Regional Presidente Itamar Franco e o Porto Seco, que precisam de uma via de acesso capaz de garantir segurança e melhor acessibilidade para os usuários.

Leis sancionadas

O Governo de Minas sancionou e já publicou no Minas Gerais (Diário Oficial do Estado) leis aprovadas pela Assembleia Legislativa que tratam do combate ao trabalho análogo à escravidão e à violência contra a mulher. A Lei 25.180, de 2025, veda a destinação de recursos de fundos públicos estaduais à empresa incluída em cadastro oficial de empregadores que tenham submetido trabalhadores à condição análoga à de escravo.

Combate ao assédio

A Lei 25.176/2025 acrescenta inciso ao artigo 4º da Lei 22.256/2016, que institui a Política de Atendimento à Mulher Vítima de Violência no Estado. A norma é originária do Projeto de Lei 1.246/19, do deputado Mauro Tramonte (Republicanos), aprovado em 2º turno em 19 de fevereiro. Ela visa instituir no Estado uma campanha permanente de combate ao assédio e à violência contra mulheres.

Retenção do Imposto de Renda

O Tribunal Regional Federal suspendeu, em caráter liminar, a retenção do Imposto de Renda Retido na Fonte sobre os pagamentos realizados a prestadores de serviços e fornecedores contratados pela Prefeitura. A decisão do TRF-1 é resultado do trabalho dos procuradores municipais e foi proferida pelo desembargador federal Jamil Rosa de Jesus Oliveira. Na petição, os procuradores destacaram o entendimento do Supremo Tribunal Federal no julgamento do Tema 1.130, que estabeleceu que os municípios têm direito à arrecadação do imposto sobre os pagamentos que realizam.

Desconto indevido

Além da suspensão da retenção mensal do Tribunal, o município, por meio da procuradoria, também busca a restituição de R$ 26,6 milhões, valor correspondente ao que foi descontado "indevidamente" nos últimos cinco anos. Caso a decisão final seja favorável, esse montante será devolvido aos cofres municipais, corrigido com juros.

EDITORIAL

Pauta única facilita cobrança aos governos

Integração regional é a melhor forma de sensibilizar universo político de Brasília e de Belo Horizonte

Já na sua primeira edição, quando tratava das suas razões e de seus objetivos, a Tribuna destacava a importância da integração regional, por ver nessa união a melhor forma de sensibilizar os gabinetes de Brasília e de Belo Horizonte. A Zona da Mata e o seu entorno, como Vertentes e Mantiqueira, ficam no final da fila quando se trata de ações oficiais. E pouco mudou.

Há várias explicações para além da tradicional birra com Juiz de Fora e os demais municípios sob o seu raio de influência, a começar pela inação de lideranças políticas, que, em vez de um trabalho conjugado, preferem percorrer os mesmos gabinetes isoladamente, talvez na busca de algum protagonismo, especialmente em anos de eleição.

A intenção é boa, mas os resultados ficam aquém da necessidade dos municípios, muitos deles dependentes de repasses do Fundo de Participação dos Municípios e de emendas parlamentares. Ambos são importantes, mas as demandas vão além.

Ademais, a maioria dos municípios não tem estrutura capaz de produzir projetos para sensibilizar as áreas técnicas, que só dão retorno quando a proposta é justificada tecnicamente. De novo, ficam dependentes dos parlamentares.

A realização de fóruns de discussão sempre foi bem-vista, mas até mesmo esses precisam de mudanças, para produzir resultados. Desde a distante Carta de Maripá, ainda nos anos 1970, até eventos mais recentes, vários estudos fizeram o diagnóstico da região, apontando basicamente para as mesmas questões. E não são poucas. E aí reside um problema: abrir um leque expressivo de demandas não é a forma ideal, pois quem muito pede acaba não recebendo nada.

Por isso, é louvável a iniciativa da Prefeitura de Juiz de Fora em convidar os prefeitos e as prefeitas da região para o encontro marcado para o dia 14 de abril, no Museu de Arte Moderna, no qual haverá uma pauta fechada para ganhar consistência. Há cerca de 15 dias, a prefeita Margarida Salomão e seu vice, Marcelo Detoni, tiveram uma conversa preliminar com seus pares para indicar que neste primeiro evento o foco será a conexão aeroviária.

E faz sentido, pois a região tem um aeroporto moderno, mas esbarra no acesso. Em visita à Tribuna, Margarida destacou que se gasta mais tempo na locomoção entre Juiz de Fora e o Aeroporto Presidente Itamar Franco - entre as cidades de Goianá e Rio Novo - do que entre este e Viracopos, em Campinas. O motivo é a precária acessibilidade promovida pela MG-353, além de velhos problemas apontados pelo jornal, como a via que faz a conexão desta com a BR-040. O trecho não tem pista duplicada, a sinalização é precária, e o trevo de ligação da AMG-3085, com a BR-040, na Barreira do Triunfo, não foi concluído.

Quando definiu a construção do aeroporto, o então governador Itamar Franco destacou que ele seria um indutor do desenvolvimento. Ele pode até mesmo ser um terminal industrial, mas hoje a ligação com o Porto Seco não garante o acesso a veículos de maior porte.

Isto posto, o encontro deve ser próprio para se traçar estratégias para levar esta demanda ao Governo de Minas e ao Governo federal, pois ambos, definidas as respectivas competências, devem atuar para que o propósito de Itamar se realize.

TRIBUNA LIVRE

A política e o mundo virtual



Paulo Roberto de Gouvêa Medina
Professor emérito da UFJF

"Talvez se tenha reduzido, no mundo virtual, a influência dos jornais e da TV. É preocupante, porém, que haja certo declínio dos partidos políticos, no mundo democrático"

O mundo virtual abriu uma nova perspectiva para as relações humanas, não podendo deixar de impactar, pois, a vida política. Muitos são os efeitos positivos das redes sociais, na divulgação de ideias, na propaganda eleitoral, na formação de lideranças. As últimas campanhas políticas realizadas no Brasil, especialmente, mostraram, a toda evidência, o peso das redes sociais. Mas, à semelhança do que sucede com a inteligência artificial, são enormes, igualmente, os riscos ou os efeitos negativos desses novos recursos. Não nos podemos iludir quanto a isso nem nos deixar embair pela suposição de que penetramos num mundo mágico, que haja superado todas as formas tradicionais de convivência social e de atuação política.

O tema foi abordado por Andrés Bruzzone, no livro Ciberpopulismo – Política e Democracia no mundo digital. O autor mostra, em análise bem elaborada do panorama mundial, como as redes sociais contribuíram para a criação de um clima de polarização política e o advento de um novo populismo, contrário ao pluralismo democrático. A solução que propõe, todavia, parece um tanto contraditória: é a de contrapor, ao populismo autoritário de direita, um populismo de esquerda, supostamente virtuoso, apto a assegurar uma democracia aberta ou plural. Se essa é uma conclusão do autor, na perspectiva da ideologia que professa - e que, por isso, o leitor terá em conta na medida das suas convicções pessoais -, o que surpreende, entretanto, na leitura do livro, é a constatação de que "a sociedade digital eliminou ou reduziu o papel dos intermediários: meios de comunicação e partidos políticos perderam o protagonismo que tiveram no século XX" (pág. 114).

Talvez se tenha reduzido, no mundo virtual, a influência dos jornais e da TV. É preocupante, porém, que haja certo declínio dos partidos políticos, no mundo democrático. Se isso é verdade, cumpre aos líderes políticos empenhar-se no sentido de reverter tal situação, procurando revitalizar os partidos políticos. Na feliz expressão de Afonso Arinos de Melo Franco, o partido é "o lar cívico" do cidadão. O partido atua como um canal de representação política, um centro de discussão de ideias, um instrumento de aglutinação dos que compartilham de pensamento comum, destinado a vocalizar as aspirações de um determinado setor da sociedade, visando a imprimir rumo a uma comunidade ou a um país. Sem o partido político, desaparece a coesão e há uma dispersão perigosa dos cidadãos, fadada a privilegiar o personalismo e a conduzir à anarquia ou ao cesarismo. O que nos falta, no momento, no Brasil, é um quadro partidário mais expressivo, que possa revelar lideranças capazes de conduzir o país a uma democracia plena. Líderes que sejam intérpretes dos seus partidos - e não os donos ou chefes.

Esse espaço é para a livre circulação de ideias e a Tribuna respeita a pluralidade de opiniões.
Os artigos para essa seção serão recebidos por e-mail (leitores@tribunademinas.com.br) e devem ter, no máximo, 30 linhas (de 70 caracteres) com identificação do autor e telefone de contato. O envio da foto é facultativo e pode ser feito pelo mesmo endereço de e-mail.

TM TRIBUNADEMINAS

Suzana Neves - Diretora Presidente | **Márcia Neves** - Diretora Geral | **Marcos Neves** - Diretoria de Edição

Paulo Cesar Magella - Editor Geral

Administração/Redação – Alameda Pássaros da Polônia 35 Estrela Sul - Juiz de Fora, Minas Gerais - CEP 36030-770
Redação – (32) 3313-4444
WhatsApp – (32) 98405-5888
redacao@tribunademinas.com.br
Departamento Comercial – (32) 3313-4446
Atendimento a assinantes e bancas –(32) 3313-4444
assinantes@tribunademinas.com.br
Anúncios fonados – (32) 3313-4447 – WhatsApp (32) 98404-7538
fonados@tribunademinas.com.br

NOTICIÁRIO NACIONAL E INTERNACIONAL
Agência Estado/ Gazeta Press

Associada ao Sindicato dos Proprietários de Jornais, Revistas e Similares do Estado de Minas Gerais (SINDIJORI)

PREÇO DE VENDA AVULSA	
Terça a quinta	R$ 3,00
Sexta e sábado	R$ 3,50
Domingo	R$ 5,00
Números atrasados	R$ 5,00

O jornal não se responsabiliza por artigos assinados nem pela devolução dos originais. É proibido o arquivo em banco de dados eletrônicos e a reprodução integral ou parcial de textos ou fotografias sem a expressa autorização da **Tribuna de Minas**.

Direito de uso **SOLAR COMUNICAÇÃO S/A**

www.tribunademinas.com.br

CIDADE | EMERGÊNCIA MG

Polícias e Bombeiros **podem ser acionados** por aplicativos e site

Atendimento por chat, que funciona em parte de Minas Gerais desde 2023, chega a todo o estado, inclusive a JF e região

Sandra Zanella Repórter
sandrazanella@tribunademinas.com.br

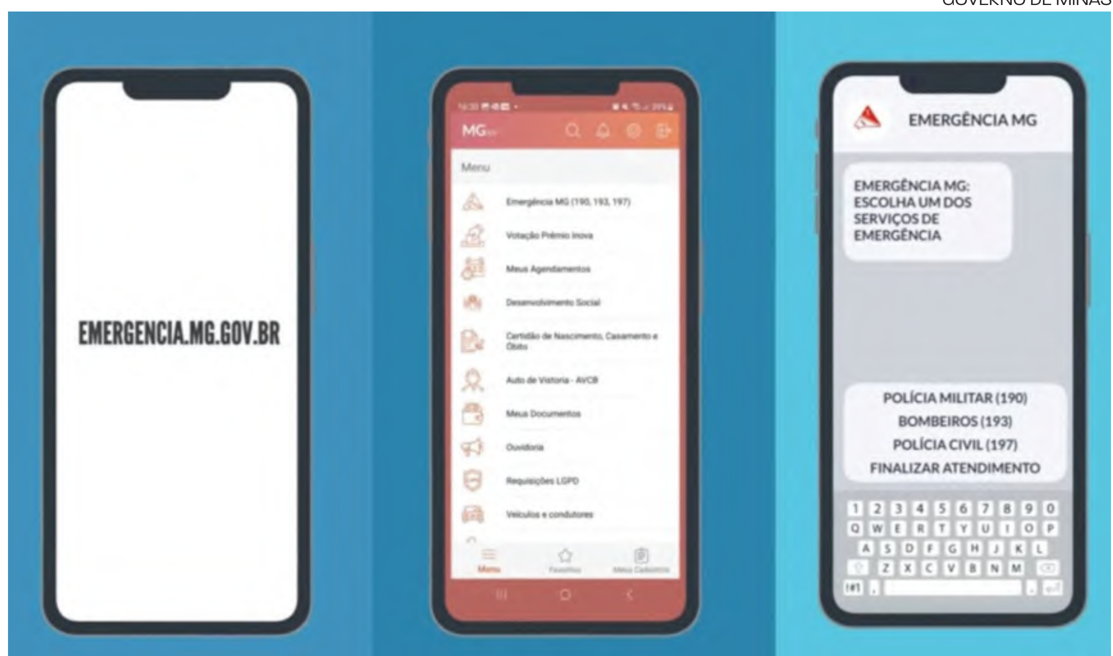
Assim como vários serviços estão disponíveis na palma da mão, as polícias Civil e Militar e o Corpo de Bombeiros agora também podem ser acionados por meio virtual. O Emergência MG funciona em parte de Minas Gerais desde o final de 2023 e agora chega a todo o estado, inclusive em Juiz de Fora e região, segundo anunciado pelo governador Romeu Zema (Novo), na sexta-feira (21). O acionamento das forças de segurança pública via internet pode ser feito de três formas: pelo MG App - aplicativo do Governo de Minas, pelo Telegram (buscando na lupa por Emergência MG) e pelo site www.emergencia.mg.gov.br.

"Além das facilidades do chat virtual, o Emergência MG é, ainda, um canal inclusivo, pois permite que seja utilizado por pessoas surdas. Outra novidade é que a interface com a tecnologia possibilita, de forma segura, o compartilhamento de localização, o envio de fotos e a realização de videochamadas para relatar as situações de emergência, como um bebê engasgado, por exemplo", destaca a Agência Minas.

Com isso, os mais de 20 milhões de habitantes do estado têm mais uma forma de mobilizar os órgãos de segurança, além dos tradicionais telefones de emergência 190 (PM), 193 (Corpo de Bombeiros) e 197 (Polícia Civil), e do modo presencial. "Estamos expandindo o Emergência MG para os 853 municípios, o que é de fundamental importância para oferecermos mais um canal para quem precisa entrar em contato com a segurança pública. É um grande avanço", afirmou Zema, durante entrevista coletiva em Ipatinga, no Vale do Aço, onde foi inaugurada a nova sede da Polícia Civil no município.

De acordo com o Governo de Minas, o Emergência MG foi desenvolvido de forma integrada, com ampla participação das polícias Militar e Civil, Corpo de Bombeiros, Companhia de Tecnologia da Informação do Estado de Minas Gerais (Prodemge), TabControl e Secretaria de Estado de Planejamento e Gestão (Seplag). A coordenação é feita pela Secretaria de Estado de Justiça e Segurança Pública (Sejusp).

GOVERNO DE MINAS



ASSIM COMO VÁRIOS serviços estão disponíveis na palma da mão, as polícias Civil e Militar e o Corpo de Bombeiros agora também podem ser acionados por meio virtual

EXPANSÃO DO EMERGÊNCIA MG

Em 2023, o Emergência MG foi lançado em Lagoa Santa, como projeto piloto na Região Metropolitana de Belo Horizonte. Posteriormente, foi expandido para a capital e outros oito municípios. Antes de chegar a Juiz de Fora e região, o acionamento das forças de segurança via aplicativos e site também já havia sido disponibilizado a moradores de outras cidades do estado em mais três expansões, contemplando 107 municípios. "A escala gradativa buscou garantir total segurança à alta demanda gerada pelo acionamento dos tridígitos 190, 197 e 193, até chegar, agora, a todo o estado", justifica o Governo de Zema.

Para o vice-governador de Minas Gerais, Mateus Simões, o Emergência MG é uma alternativa muito útil. Uma pessoa surda pode ter dificuldades com o serviço tradicional. As mulheres, às vezes, precisam fazer um acionamento mais discreto, o que é possível através do celular, fazendo com que tenhamos uma reação policial mais rápida e mais efetiva", acredita

"É importante destacar que o Emergência MG não substitui os tridígitos 190, 197 e 193. Ele é mais uma alternativa de acionamento das polícias e bombeiros, visando inovação tecnológica e inclusão", reforça a Agência Minas, sobre as possibilidades de mobilizar as forças de segurança pelos telefones e, agora, pelo chat.

CIDADE | RECURSOS DO PAC

UFJF recebe R$ 6 milhões para construir prédio de Medicina Veterinária

A Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) recebeu R$ 6 milhões do Programa de Aceleração do Crescimento (PAC) para a construção do prédio do Curso de Medicina Veterinária. O anúncio foi feito pela reitora Girlene Alves durante reunião ordinária do Conselho Superior (Consu) da UFJF.

Além do recurso destinado pelo Ministério da Educação (MEC), a universidade informou que investimento de R$ 63 milhões no campus de Governador Valadares segue na fase de chamamento público para a aquisição de um terreno e/ou imóvel, com o objetivo de ampliar a infraestrutura do campus avançado.

A sessão também aprovou um parecer favorável à incorporação, pela Universidade, de bens doados pela Procuradoria Seccional da Fazenda Nacional em Juiz de Fora, avaliados em R$ 56.668,53. Outra deliberação da reunião prevê a ampliação do número de vagas no curso de Educação Física na modalidade a distância (EaD), que passa de 146 para 250. A medida visa a alinhar os dados da UFJF com o sistema do MEC.

FELIPE COURI



APÓS REUNIÃO ORDINÁRIA do Consu, foi anunciada a ampliação do número de vagas no curso de Educação Física na modalidade a distância (EaD), que passa de 146 para 250

ECONOMIA | **TRIBUNA NO AR**

A imagem das mulheres e o posicionamento digital

Especialistas em marketing e branding destacam a importância da estratégia para construir uma marca pessoal sólida e autêntica no ambiente digital

Pedro Moysés Repórter
pedromoyses@tribunademinas.com.br

Durante o mês dedicado às mulheres, o Tribuna no Ar traz assuntos e discussões ligadas ao tema. O episódio dessa semana conta com a participação de especialistas em marketing, branding e consultoria de imagem, discutindo um ponto importante para as empreendedoras: como construir uma imagem autêntica no ambiente digital. O episódio dessa semana foi apresentado pela jornalista e diretora de conteúdo e comunicação, Lucimar Brasil. A conversa abordou desde a importância do autoconhecimento até os desafios da exposição nas redes sociais. O programa contou com a presença de Carolina Lima, jornalista especialista em posicionamento de marca e fundadora do grupo de empreendedorismo "Só Delas"; Carol Neves, especialista em marketing e branding; Quelita Quelir, consultora de imagem, e Mayra Rocha, jornalista e especialista em social media.

REPRODUÇÃO YOUTUBE TRIBUNA



PODCAST ABORDA desde a importância do autoconhecimento aos desafios da exposição nas redes sociais

Autoconhecimento como base

Carol Neves, especialista em marketing e branding, destacou que o autoconhecimento é fundamental para construir uma marca pessoal autêntica. "A base da nossa marca pessoal é o autoconhecimento. É um processo que tem um quê de terapia, porque a gente tem que primeiro se entender para depois comunicar aquilo", afirmou. Ela ressaltou que, sem esse entendimento, há o risco de copiar estratégias que não se sustentam no longo prazo. "Se você não se conhece, vai tentar imitar o que está dando certo na internet, mas aquilo não é real para você", completou.

Quelita Quelir, consultora de imagem com mais de 15 anos de experiência, reforçou a ideia de que o estilo pessoal e o estilo de vida estão interligados. "O estilo de vida está associado ao seu estilo pessoal. Se você tem um estilo de vida prático, isso precisa refletir no seu vestir", explicou. Ela também destacou a importância de mostrar um pouco da realidade pessoal para criar conexão com o público. "Mostrar um pouco da minha realidade faz com que as clientes se identifiquem comigo. Não é sobre repetir o que todo mundo faz, mas entender o que te representa", disse.

Exposição nas redes

A jornalista especialista em posicionamento de marca, Carolina Lima, falou sobre a importância dos profissionais que vendem serviço se firmarem enquanto marca pessoal. "A gente quando fala de marca pessoal é muito mais importante porque a gente, como profissional, está ali vendendo nosso serviço, nossa hora de trabalho. É uma tendência", explicou.

O posicionamento virtual também trouxe a discussão sobre a exposição nas redes sociais. Mayra Rocha, que atua há dez anos no digital, compartilhou sua experiência pessoal, destacando a importância de encontrar um equilíbrio entre mostrar a vida pessoal e manter a privacidade. "Eu mostro um pouco da minha vida, mas não excedo. Acho que tem um limite, e cada profissional precisa encontrar o seu", afirmou. Ela também ressaltou que a imagem pessoal é parte fundamental do negócio. "Você não vai atender um cliente mal arrumado. A gente vende a nossa imagem, então é importante passar uma imagem que seja autêntica e confortável", disse.

Carol Neves, especialista em marketing e branding, complementou a discussão, destacando que a exposição deve ser estratégica e planejada. "O que vai me diferenciar de outra pessoa que faz a mesma coisa que eu são os meus aspectos pessoais. A pessoa vai se identificar com o fato de eu ser mulher, mãe ou ter um perfil mais descontraído", explicou. Ela também alertou para os riscos de se comparar com outros perfis. "Não adianta medir a régua do vizinho. Seu negócio não é só sobre curtidas, mas sobre construir uma conexão real com o seu público", disse.

Saúde mental e os desafios do ambiente digital

O programa também abordou os impactos negativos das redes sociais na saúde mental, especialmente entre os jovens. Carol Neves destacou que a cultura brasileira tende a ser muito intensa no digital, o que pode gerar ansiedade e comparações excessivas. "O brasileiro é muito emocional e vive intensamente o que vê nas redes. Mas é importante lembrar que aquilo é apenas um fragmento da vida das pessoas", afirmou. Ela também alertou para os riscos de se comparar com perfis que mostram sucessos instantâneos, os jovens estão muito ansiosos. "Você vê alguém de 18 anos fazendo o primeiro milhão e se sente mal por não estar no mesmo patamar, mas aquilo não reflete a realidade completa", disse.

Mayra Rocha compartilhou sua experiência como mãe e empreendedora, destacando a importância de encontrar um equilíbrio entre o on-line e o offline. "Meu filho foi alfabetizado em casa durante a pandemia, e eu precisava lidar com isso enquanto trabalhava. É preciso saber diferenciar o que é real e o que é apenas um fragmento mostrado nas redes", afirmou. Ela também ressaltou que a comparação excessiva pode ser prejudicial para os empreendedores. "Às vezes você faz um vídeo incrível, mas não recebe muitas curtidas. Isso não significa que você falhou, mas que o algoritmo não favoreceu naquele momento", disse.

Para as convidadas do Tribuna no Ar dessa semana, no mundo digital, a autenticidade e o autoconhecimento são fundamentais para construir uma marca pessoal sólida. De acordo com as especialistas, para que as empreendedoras consigam se posicionar frente ao mercado, ser autêntica, conhecer seus limites e usar as redes sociais como uma ferramenta estratégica e não como uma régua de medição de sucesso é essencial.

LINHA DIRETA COM A TM

É muito fácil enviar seu flagrante ou sugestão

redacao@tribunademinas.com.br
whatsApp (32) 98405-5888
Facebook - / tribunademinas
@tribunademinas
Cartas Alameda Pássaros da Polônia 35 - Estrela Sul
Tel (32) 3313-4447
Precisamos do seu nome completo, endereço e telefone de contato
(www.tribunademinas.com.br)

FALE COM OS EDITORES

Paulo Cesar Magella
paulocesar@tribunademinas.com.br
Bruno Kaehler
bruno@tribunademinas.com.br
Carolina Leonel
carolinaleonel@tribunademinas.com.br
Cecília Itaborahy
cecilia@tribunademinas.com.br
Fabíola Costa
fabiolacosta@tribunademinas.com.br
Gabriel Silva
gabrielsilva@tribunademinas.com.br
Gracielle Nocelli
gracinocelli@tribunademinas.com.br
Leonardo Costa
leonardo@tribunademinas.com.br
Mariana Floriano
mariana@tribunademinas.com.br

PREVISÃO DO TEMPO

Juiz de Fora

Chuva: 94% -
Vento: 5km/h
Umidade: 98%

Sol com muitas nuvens. Pancadas de chuva à tarde e à noite.

MÍNIMA 18º
MÁXIMA 25º

FONTE: CLIMATEMPO

MINGUANTE



NOVA	29/03
CRESCENTE	04/04
CHEIA	12//04

REGIÃO | INCLUSÃO

Parque Nacional do Itatiaia recebe 1ª cachoeira acessível



FOTOS: ACERVO/ICMBIO

A INICIATIVA PERMITE QUE cadeirantes, idosos, crianças e pessoas com dificuldade de locomoção possam desfrutar a experiência de forma segura e plena



Abertura oficial aconteceu durante o 1º Encontro de Acessibilidade do Instituto Chico Mendes

O Parque Nacional do Itatiaia (RJ), distante cerca de 230 quilômetros de Juiz de Fora, inaugurou, na última terça-feira (19), a primeira cachoeira acessível do Instituto Chico Mendes de Conservação da Biodiversidade (ICMBio). A iniciativa permite que cadeirantes, idosos, crianças e pessoas com dificuldade de locomoção possam desfrutar dessa experiência de forma segura e plena. A cachoeira estará aberta ao público durante todo o horário de funcionamento do parque e poderá ser visitada por todos.

A cerimônia de inauguração ocorreu durante o 1º Encontro de Acessibilidade do ICMBio. O evento teve início com a execução do Hino Nacional interpretado em Libras por alunos da Escola Municipal Bilíngue Rompendo o Silêncio.

Durante a cerimônia, o chefe do Parque Nacional do Itatiaia, Felipe Mendonça, destacou o esforço dos servidores e parceiros que viabilizaram a implementação da estrutura de acessibilidade. "A agenda da acessibilidade é transformadora e fundamental, tanto para as unidades como para as pessoas. Unidades mais acessíveis são mais defendidas pela sociedade. Estamos trabalhando para tornar o parque um espaço cada vez mais democrático", afirmou Mendonça.

O presidente do ICMBio, Mauro Pires, também celebrou a iniciativa: "Essa é uma agenda essencial e fundamental para nós. Estamos muito felizes em ver esse avanço e parabenizamos toda a equipe envolvida. A inclusão e o acesso universal são pilares para a gestão das nossas unidades de conservação".

Acessibilidade no Parque Nacional do Itatiaia

A adaptação da cachoeira foi realizada pela equipe do Parque Nacional do Itatiaia, com financiamento da Eletrobras e apoio de organizações parceiras, como a SOS Mata Atlântica e a Prefeitura de Itatiaia. Entre as melhorias implementadas, destaca-se a reforma da trilha, que foi ajustada para atender aos padrões de acessibilidade da ABNT, e a instalação de corrimãos ao longo de todo o trajeto, garantindo um percurso mais seguro e adequado para todos os visitantes.

Destaca-se também a construção de uma plataforma de madeira plástica, que permite que cadeirantes tenham acesso direto à água. Para complementar a estrutura, a cachoeira contará com uma cadeira anfíbia, disponível mediante reserva antecipada, possibilitando um banho seguro e confortável para pessoas com deficiência.

A Secretária Nacional dos Direitos da Pessoa com Deficiência, Anna Paula Feminella, reforçou a importância da iniciativa: "Espaços naturais não foram originalmente projetados para pessoas com deficiência, mas temos a responsabilidade de reconstruí-los de forma mais inclusiva. Esse é um passo essencial para garantir que todos tenham direito ao lazer e à natureza".

Um marco na inclusão

A cachoeira acessível do Parque Nacional do Itatiaia é a primeira do estado do Rio de Janeiro e a segunda do Brasil. Essa ação reforça o compromisso do Instituto Chico Mendes e do parque em tornar os espaços naturais mais democráticos e acessíveis a todos os públicos, incluindo idosos, crianças e pessoas com deficiência.

O evento também marcou o início do 1º Encontro de Acessibilidade do ICMBio, que aconteceu até sexta-feira (22), reunindo servidores e parceiros envolvidos em iniciativas de inclusão em unidades de conservação por todo o país. A expectativa é que essa seja a primeira de muitas ações voltadas para ampliar a acessibilidade e a integração social nos parques brasileiros.

SAÚDE | ACOMPANHAMENTO DE ESPECIALISTA

Seu filho precisa de terapia?

Saiba em quais casos recorrer a ajuda profissional

Situações desafiadoras no dia a dia e mudanças de comportamento da criança são indícios de que pode ser necessário buscar ajuda profissional

PEXELS

***RECONHECER E COMPREENDER** as emoções também costuma ser um grande desafio para a própria criança, que não sabe a hora de pedir ajuda*

Thais Szegö, Agência Einstein

Diante de episódios de vômito, febre, tosse insistente, dor de cabeça ou algum mal-estar, os pais não pensam duas vezes antes de recorrer ao pediatra. Muitos, no entanto, não sabem identificar os sinais que vão além do físico e que podem causar sofrimentos emocionais para o filho. Reconhecer e compreender as emoções também costuma ser um grande desafio para a própria criança, que não sabe a hora de pedir ajuda.

Por isso, a orientação de um profissional é bem-vinda, principalmente diante de situações como mudar de escola, separação dos pais, perdas familiares e casos de bullying. "A decisão de procurar auxílio do psicólogo deve considerar mudanças significativas de comportamento e outras manifestações, como medo excessivo, sintomas de ansiedade, dificuldades escolares, problemas de relacionamento e insônia, entre outros", explica a psicóloga hospitalar Lucianne Areal, do Departamento Materno-Infantil do Hospital Israelita Albert Einstein.

Crianças que apresentam atrasos no desenvolvimento também se beneficiam do acompanhamento de um especialista. "É fundamental que os pais reconheçam seus limites em relação ao desenvolvimento emocional do filho e, com sensibilidade e acolhimento, procurem ajuda", orienta o psicólogo e psicanalista Maico Costa, coordenador do Centro de Humanização e do Centro de Gestão do Cuidado de Pessoas, ambos da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (USP).

É recomendável que o psicólogo tenha experiência no atendimento psicológico infantil, pois o desenvolvimento emocional, cognitivo e social de crianças e adolescentes tem características próprias, o que exige uma forma de trabalho diferenciada. "É importante que os pais conheçam a abordagem a ser utilizada pelo profissional, sintam-se seguros diante do acompanhamento estabelecido e considerem a qualidade da relação terapêutica", orienta a psicóloga do Einstein.

Avaliar o currículo e a experiência do profissional também é válido."É fundamental que ele tenha formação sólida e bom domínio da teoria e da prática escolhidas. O alinhamento entre o estilo do psicólogo e as necessidades da criança e da família é essencial para o processo", acrescenta Costa.

A partir de que idade é ideal fazer terapia?

Não existe uma idade mínima definida para começar a terapia. "Inclusive, há intervenções psicológicas voltadas para bebês, especialmente em contextos hospitalares ou em situações de risco", conta Costa. "Nesses casos, o trabalho se concentra, principalmente, nos cuidadores, ajudando-os a interpretar e atender adequadamente às suas necessidades."

Já em crianças pequenas, o momento de iniciar o tratamento depende muito do contexto e das necessidades apresentadas. "Não há uma idade estabelecida, mas crianças a partir de 3 anos podem beneficiar com o atendimento psicológico, pois estão em pleno desenvolvimento emocional, cognitivo e social, assim como da aquisição da linguagem", afirma Areal. Em todos os casos, é necessário adaptar intervenções, objetivos e recursos utilizados durante os atendimentos, considerando a faixa etária do paciente.

Quando a criança é pequena, o profissional vai usar atividades lúdicas, como brincadeiras de faz de conta, desenhos, jogos e outros recursos que permitem que ela expresse sentimentos e vivências de maneira espontânea. "Esses métodos possibilitam que o terapeuta compreenda os conflitos e ajude a criança a elaborar suas emoções, mesmo quando a comunicação verbal ainda está em desenvolvimento", explica Maico Costa.

A família desempenha um papel crucial no processo terapêutico, pois não se constrói um trabalho consistente com a criança sem a presença dos pais e cuidadores, já que são eles que convivem com o pequeno no dia a dia e podem levar questões discutidas nas sessões para o ambiente familiar.

Além disso, os responsáveis ajudam o profissional a conhecer melhor o paciente, pois, em muitos casos, ele não consegue se expressar sozinho. Daí a importância de existir um vínculo de confiança entre os dois para que todas as informações relevantes sejam compartilhadas sem reservas ou preconceitos e com acolhimento, confiança e sigilo.

"Durante o processo terapêutico, os pais são orientados sobre como lidar com situações específicas, como estimular a criança e aprimorar habilidades parentais, e muitas vezes são levados a refletir sobre a necessidade de mudanças na dinâmica familiar", explica Areal.

PORSCHE

Novo Taycan: mais potência e autonomia

Modelo do elétrico estreia com dez versões, duas carrocerias e mais velocidade

Raphael Panaro, Agência Estado

O Porsche Taycan, após quatro anos e quase 1.200 unidades vendidas, está de linha nova Brasil. O carro elétrico estreia atualizado com dez versões, duas carrocerias, mais potência, mais autonomia e com uma inédita opção que o torna o carro mais rápido do Brasil: são mais de 1.000 cv e o alcance de 100 km/h em 2,2 segundos.

As mudanças visuais são discretas, como os faróis mais achatados que exibem a assinatura da marca, com os quatro pontos de LEDs. O formato permitiu mexer no para-lama, realçando a largura. Os para-choques também foram remodelados. Atrás, o logotipo da Porsche tem estilo tridimensional, com aparência de vidro. Pela primeira, ele acende ao abrir ou travar as portas.

Ao todo, são sete opções na carroceria sedã e bateria de 105 kWh, um ganho frente à antecessora, de 93,4 kWh. Os preços começam em R$ 820.000 para o Taycan de 408 cv e 393 km de alcance, e vão até R$ 1.500.000 no Turbo GT.

MAIS DE 1.000 CV

No geral, todas as versões do novo Taycan estão com melhor desempenho e maior autonomia. Na de entrada, a potência subiu de 326 cv para 408 cv, enquanto a autonomia agora é 393km (antes era 286km). A aceleração de 0 a 100km/h está mais rápida: baixou de 5,4 s para 4,8 s.

Já a Turbo S pulou para 952 cv (191 cv extras), com grande ganho na autonomia: passou de 278km para 425km (53% a mais). Assim, vai aos 100km/h em 2,4 s - 0,4 s mais rápido.

Mas a cereja do bolo é a inédita configuração Turbo GT, o mais potente Porsche já produzido em série na história. São 1.034 cv que podem atingir, por 10 segundos, 1.108 cv na modo Attack Mode Está função libera 163 cv adicionais por tempo determinado. Isso faz com o que o 0 a 100km/h seja feito em 2,2 s, e o 0 a 200km/h leve só 6,4 s. Impressiona.

Por fim, o Taycan Cross Country, versão station wagon, chega com as mesmas atualizações. Os preços vão de R$ 920.000 até R$ 1.225 000.

DIVULGAÇÃO / PORSCHE



***MUDANÇAS** visuais são discretas, sobretudo em comparação às atualizações mecânicas*

EM 2024

Internações por acidentes de moto custaram R$ 233 milhões

Em 2024, até o mês de novembro, 148.797 motociclistas foram internados no Sistema Único de Saúde (SUS) devido a acidentes de transporte em todo o País. O custo com as internações desse público foi de R$ 233,3 milhões.

Os dados são do Ministério da Saúde e foram compilados em um estudo feito pela Associação Brasileira de Medicina de Tráfego (Abramet). O levantamento revelou ainda que o custo total das despesas diretas do SUS com internações de motociclistas em acidentes de transporte entre janeiro de 2014 e novembro de 2024 foi de R$ 2,4 bilhões, em valores corrigidos pelo IPCA.

"Nos países com menor renda, como o Brasil, a OMS diz que sinistros de trânsito em geral geram um custo entre 3% a 5% do PIB", explica José Montal, diretor da Abramet. "Como acidentes com motociclistas representam quase 60% do nosso total, o gasto para a sociedade é gigantesco", diz. As principais vítimas desses sinistros são homens na faixa dos 20 aos 29 anos, perfil que concentra 50.204 do total de acidentados em 2024. "Como nessa faixa etária a expectativa de vida saudável e produtiva é imensa, o acidente é um desastre pessoal e familiar", diz.

De acordo com Montal, é essencial observar os números também pelo aspecto social. A entidade avalia que, para cada paciente hospitalizado, no mínimo outras quatro pessoas próximas são impactadas, já que um acidente desmonta a estrutura familiar. A começar pela presença de acompanhante na internação hospitalar. Após a alta, é necessário suporte familiar, auxílio financeiro para compra de medicamentos e posterior reabilitação. Depois, é preciso reorganizar hábitos cotidianos para lidar com as sequelas do acidentado, às vezes permanentes.

IMPACTOS SOCIAIS

Para o especialista, é urgente um movimento de conscientização sobre o que ele chama de "tragédia social", além de responsabilizar as empresas de entregas, para quem esses motociclistas prestam serviço. "Participamos da Câmara Temática da Motocicleta, na Prefeitura de São Paulo, e a postura dessas empresas é passiva", diz Montal. "A transgressão às regras de trânsito e os comportamentos inseguros são premiados, pois só o que parece importar é fazer as entregas o mais rápido possível."

Uma maior qualificação no processo de formação desses condutores é apontada como o primeiro passo para reverter esse quadro. Para Montal, a formação de condutores de moto precisa ser multifacetada e envolver não apenas a habilitação técnica, mas também a educação comportamental, o que exige a colaboração de órgãos públicos, empresas, entidades da sociedade civil e os próprios condutores. "Assim será possível reduzir de forma significativa os sinistros e seus impactos sociais e econômicos", explica o diretor da Abramet.

Outra sugestão é que o tema seja inserido na grade curricular de ensino de jovens. Segundo ele, essa e outras medidas trouxeram bons resultados na Espanha. "Lá a mortalidade foi reduzida em 60% após a implementação no currículo escolar de aspectos que enfatizam valores como ética, moral, responsabilidade e respeito ao próximo", afirma.

BEM-ESTAR

Os pets e os benefícios à saúde do tutor

Criar um animal de estimação pode influenciar positivamente na saúde física e mental dos tutores

Anita Bianco*

FOTO:S PEXELS



O bem-estar que os pets são capazes de proporcionar se tornou ainda mais evidente durante a pandemia. Na época, pessoas fragilizadas pela situação de alarde mundial e de isolamento social precisaram restringir as interações humanas, se sentiram muito sozinhas e muitas optaram por adotar um animal. Dados coletados pela União Internacional Protetora dos Animais apontaram que a busca por adoção de pets aumentou 400% nos três primeiros meses de 2020, ano em que a pandemia teve início.

A presença de um animal, em especial cachorros e gatos, no dia a dia dos tutores, é extremamente benéfica para a saúde deles. Estudo realizado nos Estados Unidos pela National Library of Medicine apontou que pessoas que cuidam de um animal têm menos propensão a sofrer de doenças mentais, como depressão e ansiedade. Isto porque a criação de um animal envolve diversos fatores que contribuem para a redução do estresse e para o aumento de hormônios do bom humor.

“Os animais podem nos deixar mais calmos, tranquilos e felizes. Os estudos falam que essa relação causa aumento de ocitocina e a produção de serotonina e dopamina. O ato de cuidar do outro ser mais indefeso também é um ponto de recurso para nós”, explica a psicóloga formada pela Unasp, Lorrani Leite.

Brincadeiras e caminhadas

Atividades como brincar com o pet e levá-lo para caminhar por pelo menos 30 minutos diariamente contribuem para que o cérebro produza e libere endorfina e serotonina, que são hormônios do bem-estar, sendo a produção deles essencial para todas as pessoas, principalmente para aquelas que sofrem com doenças mentais.

Zelar por um animal de estimação faz com que o tutor não se sinta sozinho, criando ainda uma sensação de responsabilidade e importância, sentimentos fundamentais para a elevação da autoestima. O dia a dia na companhia de um bichinho pode ajudar o tutor a incluir práticas saudáveis na rotina, como atividades físicas, a exemplo das caminhadas diárias de, pelo menos, meia hora, recomendadas aos pets por profissionais.

Além disso, a manutenção de uma rotina de cuidados dos animais de estimação pode aliviar o estresse e a ansiedade dos tutores. Hábitos repetidos de forma contínua, como a alimentação todos os dias nos mesmos horários, caminhadas, brincadeiras e banhos semanais ou mensais, são fatores decisivos que ajudam a criar um animal livre de estresse e agitação, sendo essenciais para que eles se sintam confortáveis e seguros na companhia dos tutores e no ambiente em que vivem.

ATIVIDADES como brincar com o pet e levá-lo para caminhar contribuem para que o cérebro produza e libere endorfina e serotonina, hormônios do bem-estar



A importância do toque

O toque dos animais de estimação faz toda a diferença na vida dos tutores. Quando a pandemia exigiu a restrição do contato físico, afetou fortemente as interações sociais. Isto porque as pessoas precisam do toque físico em todos os momentos da vida; o abraço, por exemplo, pode ser estimulante nos momentos bons e reconfortante nos mais difíceis. Lorrani explica que a função do toque físico é justamente a “garantia de que não estamos sozinhos neste mundo”.

A companhia de um animal, em tempos difíceis, pode ser tão reconfortante quanto um abraço, pois o simples ato de acariciá-los ajuda na redução de estresse, proporcionando relaxamento e sensação de paz e serenidade.

***Estagiária sob supervisão da editora Fabíola Costa**



QUALIDADE DE VIDA

PATROCINADO

2 quartos com suíte e lazer no São Mateus: conheça o Città Residence

VOCÊ COM CERTEZA JÁ VIU ESSE PRÉDIO EM FRENTE AO HOSPITAL MATERNIDADE, E O LANÇAMENTO CHEGOU PARA VOCÊ SABER TODOS OS DIFERENCIAIS

Ao buscar um novo apartamento, você precisa considerar vários pontos: localização, estrutura do imóvel e conveniências do prédio são alguns dos principais. Nesse sentido, o Città Residence se destaca por estar localizado na Avenida Presidente Itamar Franco, exatamente em frente ao Hospital Maternidade, com apartamentos de dois quartos com suíte, varanda gourmet e uma área de lazer diversificada no terraço.

Conheça como esse aguardado lançamento com a marca GPS Construções tem tudo para ser o seu novo endereço.

Viva no bairro mais desejado da cidade

O Bairro São Mateus está entre os mais cobiçados de Juiz de Fora, e a localização do Città torna tudo ainda mais atrativo. Você estará próximo ao Independência Shopping, e logo abaixo do prédio fica a Bluefit, a primeira academia 24 horas da cidade. Além disso, terá um supermercado novinho praticamente na porta de casa.

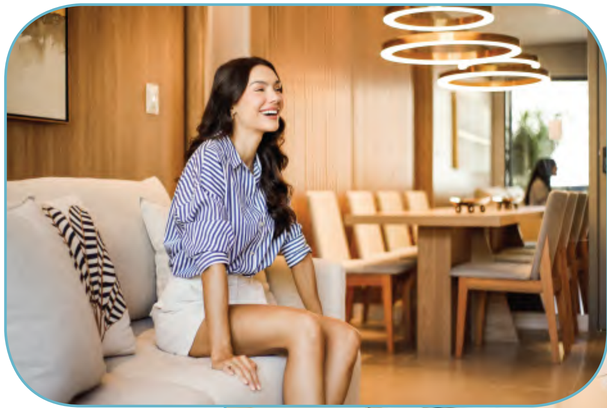
Em poucos minutos, você chega ao Spazio Design, que reúne diversos serviços e restaurantes. Além disso, a Universidade Federal está a uma curta distância, e o acesso ao Centro é fácil e rápido, levando menos de dez minutos.

Lazer amplo com vista panorâmica

O lazer do Città Residence é diverso e fica posicionado no terraço, oferecendo uma vista panorâmica de 360 graus.

Para as crianças, há brinquedoteca e miniquadra, garantindo diversão com segurança e convivência, enquanto os pais aproveitam momentos tranquilos bem ao lado.

Até os pets têm atenção especial no Città: um espaço exclusivo no prédio permite a diversão sem precisar sair do condomínio.









Ambientes integrados com conforto e praticidade

Os apartamentos do Città possuem uma planta moderna e integrada, conectando sala e cozinha com conveniência e elegância. O destaque fica por conta da varanda gourmet, perfeita para receber visitas ou simplesmente relaxar em casa com comodidade.

São dois quartos, sendo uma suíte e um banheiro social, com espaços pensados para oferecer bom gosto e funcionalidade diários aos moradores.

É um imóvel ideal para quem busca o equilíbrio entre praticidade e conforto.

Qualidade e tradição no morar

Com entrega prevista para julho de 2026, o Città Residence conta com a garantia e a tradição da GPS Construções, reconhecida há mais de 30 anos pela qualidade em seus projetos. Entre seus prédios emblemáticos em Juiz de Fora estão o Niva Villela e Vivace no Centro, Felicità e Iracema de Souza no Granbery, Irmã Maria Celeste no Santa Helena e Praça Kennedy no Paineiras.

Os apartamentos têm vista para a Avenida Itamar Franco ou para a Rua Mamoré. Para famílias que desejam ainda mais espaço, o Città oferece apartamentos garden com área externa e coberturas duplex com três quartos, sendo duas suítes, lavabo, terraço amplo e duas vagas de garagem.

Conheça o Città pessoalmente

Melhor do que apenas imaginar é visitar o apartamento decorado pessoalmente e descobrir tudo o que o Città Residence oferece de diferenciais. O plantão de vendas fica na Avenida Itamar Franco 2.886, aberto diariamente: de segunda a sexta, das 10h às 19h, e sábados e domingos, das 10h às 15h.

Você pode conhecer mais com todas as imobiliárias credenciadas. O gerenciamento é por conta do DEV, braço de lançamentos da Souza Gomes.



città
RESIDENCE

www.gpsconstrucoes.com.br
WhatsApp: 32 99900-1686
Telefone: 32 3512-3990



APESAR DOS AVANÇOS

Os muitos desafios enfrentados pelas mulheres no esporte

Mesmo com conquistas, as mulheres ainda enfrentam barreiras no esporte tanto na prática quanto na cobertura

Mariana Souza*
marianasouza@tribunademinas.com.br

De justificativas que iam da biologia à moralidade, por séculos, as mulheres foram excluídas daquele que era o território exclusivo dos homens, o esporte. No Brasil, o ápice dessa exclusão ocorreu em 1941, com um decreto que proibia as mulheres de praticar diversas modalidades como futebol.

Hoje, elas se destacam em modalidades antes dominadas por homens, como atletismo, vôlei e futebol. No entanto, o caminho foi e ainda é repleto de obstáculos, com desafios que vão da exclusão nas primeiras competições à disparidade salarial, preconceito e falta de visibilidade e oportunidades.

A evolução da mulher no esporte

Da torcida à prática e à formação profissional, a participação das mulheres no esporte tem crescido de forma significativa. Esse avanço é evidenciado no relatório Women and Sports - Insights sobre a relação das mulheres com esportes, realizado pela IBOPE Recupom, que aponta um aumento de 20% no interesse feminino por esportes desde 2020 - o dobro do crescimento registrado entre os homens (9%). As modalidades mais populares entre as mulheres incluem vôlei (70%), ginástica artística (69%) e natação (65%).

A jornalista Duda Ferreira ressalta como o esporte foi essencial para sua escolha profissional. "Antes de escolher o jornalismo, eu escolhi o esporte. Quando ligava a televisão e assistia aos programas esportivos, tinha certeza de que queria trabalhar com aquilo. Foi assim que decidi cursar a faculdade."

A adesão das mulheres à prática esportiva também tem aumentado, representando 60% dos 21 milhões de novos praticantes desde 2020.

O Villa Cruz Academy, fundado em 2017, exemplifica os desafios enfrentados por equipes e modalidades esportivas femininas em Juiz de Fora. O projeto começou com o objetivo de ser um atrativo cultural para jovens do bairro Vila Esperança I, inicialmente voltado para o futebol masculino. No entanto, Bruno Silva, coordenador do Villa Cruz, logo notou o crescente interesse pelo futebol feminino. "Começamos com apenas quatro meninas, depois passamos para 13, 20, e o número só aumentava. Isso atraiu meninas de outros bairros, como Santa Luzia, Ponte Preta e Santa Cruz, que vinham treinar conosco por falta de recursos e locais adequados", lembra Bruno.

Larissa Martins, atleta de 16 anos do Villa Cruz, conta que seus primeiros passos no esporte foram em casa, brincando com o primo durante a infância. "Comecei a praticar com 6 anos, jogando em casa mesmo com meu primo, e desde então vi ali um conforto, um jeito de me expressar." Ela destaca ainda que, apesar de considerar o esporte como profissão, sabe que enfrentará alguns obstáculos. "Vejo atualmente como minha profissão e futuramente como uma carreira. O principal obstáculo acaba sendo o preconceito." comenta.

ARQUIVO PESSOAL DUDA FERREIRA



DUDA FERREIRA *ressalta que o esporte foi essencial para sua escolha profissional*

Desafios e barreiras ainda presentes

Apesar dos avanços conquistados pelas mulheres no esporte, os desafios ainda são significativos. Uma pesquisa do Ticket Sports, realizada em 2022, apontou que a participação feminina é de 45%, mas esse percentual ainda está abaixo da presença masculina. A ideia de que o esporte é um ambiente predominantemente masculino continua sendo um obstáculo, restringindo oportunidades e perpetuando preconceitos.

Duda Oliveira Torres Rocha, estudante do oitavo período de Educação Física, destaca que a presença feminina no esporte segue sendo desvalorizada. Modalidades como o futebol ainda são vistas como majoritariamente masculinas, e a predominância de homens nas comissões técnicas dificulta a inserção e permanência das mulheres nesses cargos. Ela ressalta que o trabalho das mulheres no meio esportivo frequentemente não recebe o devido reconhecimento. "O espaço feminino no esporte ainda é desvalorizado. Muitos esportes são culturalmente considerados masculinos, e o futebol é um exemplo claro disso. Essa percepção reduz as oportunidades para as mulheres nesse meio", afirma.

No universo das torcidas organizadas, o machismo também se manifesta. Duda Ferreira relata que, fora da esfera profissional, já passou por episódios de assédio em ambientes de torcida organizada. Integrante da Fiel Juiz de Fora desde 2019, ela conta que foi assediada repetidamente por um mesmo homem. "Por várias vezes, ele me assediou, tanto pessoalmente quanto por mensagem, e em um dia que estávamos indo de caravana para um jogo em Belo Horizonte, ele tentou me beijar à força. Além disso, uma vez fui agredida fisicamente dentro do local de encontro da torcida - por motivos desconhecidos. Neste último caso, pelo menos, o agressor foi punido com expulsão da torcida", relembra.

A torcedora conta também que vivenciou diversas situações machistas, como questionamentos ao seu conhecimento sobre futebol e insinuações de que mulheres assistem a jogos apenas para atrair a atenção masculina. "Desde mais nova, nunca deixei de frequentar lugares ou fazer o que gosto por causa da opinião ou atitude de alguém, principalmente de homens", ressalta.

Dentro dos gramados o preconceito é mais um adversário a ser vencido. Larissa lembra um episódio de preconceito em um campeonato local, quando pais de atletas adversários lhe disseram: "Isso não é para você, vai arrumar uma faxina que você ganha mais". Sua companheira de equipe, Maria Eduarda, de 15 anos, reforça que, embora haja avanços, a visibilidade e o investimento no esporte feminino ainda são limitados. Segundo ela, a desigualdade em termos de respeito e apoio em comparação ao esporte masculino continua evidente.

SEGUE P11 →→→→

Continuação da página 10

FOTOS: ARQUIVO PESSOAL DUDA FERREIRA



O esporte feminino em Juiz de Fora

Duda Ferreira relembra um episódio de machismo ocorrido durante sua atuação como storymaker (quem cria stories de perfis) em um jogo do Tupynambás, no Estádio Municipal, no ano passado. Enquanto realizava a cobertura da partida em campo, torcedores do time adversário a assediaram com comentários constrangedores. “No momento, não tive reação, como acontece com muitas mulheres. E, assim como na maioria dos casos, também não houve qualquer tipo de repressão aos agressores”, relata.

Além das dificuldades enfrentadas dentro dos gramados, ela também analisa a falta de representatividade feminina no jornalismo esportivo em Juiz de Fora. “Quando pensamos em mulheres atuando nessa área na cidade, é difícil lembrar de nomes que realmente estão no mercado. Confesso que, particularmente, me recordo de apenas uma. Isso já evidencia a escassez de representatividade e, principalmente, a falta de oportunidades para as mulheres nesse segmento. Apesar disso, percebo que, nos últimos anos, especialmente a partir de 2020, há um movimento maior de mulheres buscando o jornalismo esportivo, e também das empresas em abrir espaço para elas”, observa.

No cenário local, o Villa Cruz tem se destacado na formação de atletas femininas, reunindo jogadoras de 8 a 17 anos em diversas categorias.

Apesar dos avanços, o futebol feminino em Juiz de Fora ainda enfrenta desafios estruturais, como a falta de competições, investimentos e categorias de base. Bruno destaca que, embora tenha havido progresso nos últimos cinco anos, ainda há muito a ser feito. “A cidade oferece apenas um campeonato, a Copa Prefeitura, que tem pouca estrutura e é voltada apenas para a categoria adulta. As categorias de base ficam sem espaço, e a falta de investimento e incentivo continua sendo um problema recorrente”, aponta.

Sem campeonatos estruturados e apoio institucional, o Villa Cruz é obrigado a buscar oportunidades fora de Juiz de Fora para que suas atletas possam competir em alto nível. “Sem iniciativas privadas e competições em outras cidades, o futebol feminino local teria ainda menos espaço. Há muito a evoluir, especialmente nas categorias de base. Juiz de Fora tem potencial, mas precisa investir mais no segmento feminino”, afirma o coordenador Bruno Silva.

***VILLA DA CRUZ** enfrenta dificuldades, mas é um centro de formação de jovens atletas; **Duda Ferreira** (abaixo) é um exemplo da maior participação das mulheres no esporte*

Investir é preciso

O investimento no esporte feminino não é apenas uma questão de equidade, mas também uma estratégia comprovadamente rentável. No vôlei, a Superliga Feminina se consolidou como uma vitrine para patrocinadores, gerando 680 mil exposições de marcas, 932 horas de exibição e um impacto de R$ 4,3 bilhões em valor de mídia na temporada 2023/24. O retorno financeiro direto para os patrocinadores foi de R$ 859 milhões. A modalidade, quarta mais popular do Brasil, conta com um público de 71 milhões de fãs engajados, tornando a competição um ativo valioso para o mercado.

Mesmo com o crescimento e visibilidade, a desigualdade de investimentos entre equipes masculinas e femininas ainda é um obstáculo. Muitas atletas enfrentam dificuldades para garantir patrocínios consistentes, o que limita o desenvolvimento da modalidade e impede que talentos cheguem ao alto rendimento.

Estudante de educação física, Duda Oliveira reforça a necessidade de mudanças estruturais para que a equidade no esporte seja, de fato, alcançada. “A maioria das comissões técnicas dos clubes ainda é formada por homens, o que reforça a ideia de que esses cargos não são para mulheres. Isso torna a inserção e a permanência feminina nesses espaços ainda mais difíceis”.

Maria Eduarda reforça a desigualdade na cobertura midiática e na captação de recursos. “O futebol masculino tem muito mais visibilidade, passa mais na TV e recebe mais investimentos. A falta de apoio e parcerias dificulta o crescimento do feminino. Muitas seletivas acontecem em outras cidades, e nem sempre temos condições financeiras para viajar”, pontua.



O futuro da mulher no esporte

A realização da Copa do Mundo Feminina de 2027 no Brasil representa uma oportunidade histórica para fortalecer o protagonismo das mulheres no esporte. Além de ampliar a visibilidade e atrair novos investimentos, o evento pode impulsionar uma mudança estrutural, promovendo a inclusão feminina em todos os níveis da prática esportiva.

Apesar dos avanços, os desafios ainda são muitos. A marginalização, a desigualdade salarial, a falta de visibilidade e o baixo investimento seguem sendo barreiras que limitam o crescimento do esporte feminino. Se antes as mulheres eram excluídas das competições, hoje enfrentam outras formas de resistência, que vão desde a disparidade de oportunidades até a falta de representatividade em cargos de liderança.No entanto, a presença crescente das mulheres no esporte mostra que, mesmo diante das dificuldades, elas continuam transformando o cenário esportivo e abrindo caminhos para as próximas gerações.

***Estagiária sob supervisão do editor Paulo Cesar Magella**



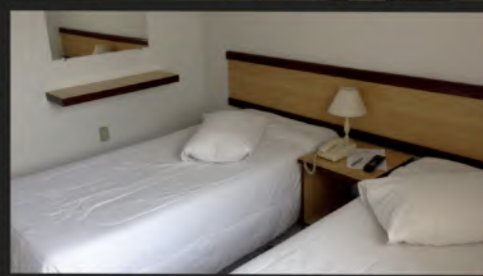
PRECISA DE PRATICIDADE
NO SEU DIA A DIA?

VENHA MORAR NO MELHOR
QUARTO E SALA DA CIDADE.

MORADIA • HOSPEDAGEM • TEMPORADA

- Ambientes mobiliados com frigobar e fogão;
- Ar condicionado
- Serviço de hotelaria com opção de café da manhã
- Garagem
- No centro de Juiz de Fora




PACOTES MENSAIS A PARTIR DE R$1350,00 COM
TODAS AS TAXAS INCLUSAS E SEM FIADOR.
Pacote inclui: IPTU | LUZ | ÁGUA | TV A CABO | CONDOMÍNIO

SOLAR FLAT HOTEL | SIMPLIFICA TUDO

VENHA FAZER UMA VISITA!

 Av. Getúlio Vargas, 353 - Centro | Juiz de Fora/MG

 (32) 2101-1100 falecom@solarflathotel.com.br

 (32) 98887-7228 WWW.SOLARFLATHOTEL.COM.BR

Agenda na Espanha

O ex-presidente do TCE, Sebastião Helvécio está em Madrid, onde teve agenda com a presidente do Tribunal de Contas da Espanha, Enriqueta Chicano.

Neste domingo, segue para Salamanca onde participará do VI Congresso Internacional da Luta contra a Corrupção e Controle Público. Ele é o coordenador científico juntamente com o professor doutor Antonio Arias, da Universidade de Salamanca. Sebastião também será homenageado pela Prefeitura de Salamanca pelo trabalho em prol da melhoria da gestão pública.

Parceria criativa

O fotógrafo e artista visual Fernando Priamo e a 'designer' Lucimara Vilela (Arte Tronco) recebem para a apresentação de Lela Priamo - sofisticada marca de acessórios femininos e linha 'home' - dia 3 de abril, no Spazio Design.



O charme de Karina Gonzaga

Dia 'D' elegante

Cláudia e Lincoln de Castro Ferreira, Neiriane e Maurílio Eduardo Gonzaga Teixeira estão convidando para o casamento de seus filhos, Júlia e Fabrício, dia 20 de abril, no Fontabella EcoResort.

ANIVERSARIANTES DOMINGO

Edmárcia Andrade, Hélia Maria de Castro Nehme, Chico Bustamante Cal, Vivian Barros, Bruno Calixto e o médico Osvaldo de Andrade Santos, que comemora 80 anos.

SEGUNDA-FEIRA

Sybele Gávio Jucá e Mello, Adriana Botti Miana, Laurindo Netto, Lígia Pernisa Almeida, Adauto Venturi, Karla Salzer, Kelinton Calheiros, Maria Angélica Montessi, Márcia Alvim Tostes, Marcos Reink, Karina Ribeiro, Daniele Gruppi e Wanderson Castelar.

PÓS-GRADUAÇÃO A DISTÂNCIA
FACULDADE FGS
SUPREMA
EAD E SEMIPRESENCIAL (32) 2101-5090

Rumo à Europa

Em agosto, o publicitário Dennis Orrú embarca para a Irlanda, onde vai abrir uma filial da agência Artwork. A operação será comandada por seu filho, David Orrú, que promete marcar a expansão da Artwork em novos mercados.

> *"Não existe um grande talento sem uma grande força de vontade"*
> *(Honoré de Balzac)*

Feira em São Paulo

Os irmãos Luiz Antônio e Marco Aurélio Cavalieri comandaram o estande do Laboratório Arboreto (soro fisiológico) na 19ª Feira Abradilan - Conexão Farma 2025, no Expo Center Norte. Nesta 16ª participação no evento, o laboratório potencializou sua marca e fechou novos negócios e parcerias importantes. O Conexão Farma reuniu 170 expositores e recebeu mais 27 mil visitantes.

MAIS CR NAS PÁGINAS 14 E 15

Com a CESAMA, a vida flui bem.

Com o Dia Mundial da Água, reafirmamos o nosso compromisso de oferecer à população de Juiz de Fora água de qualidade, 24 horas por dia, 365 dias por ano.

Um trabalho transparente, feito com responsabilidade socioambiental e com investimentos constantes para garantir o desenvolvimento sustentável da nossa cidade.

Afinal, água é vida e, em Juiz de Fora, ela flui bem.

22 de março | DIA MUNDIAL DA ÁGUA
CESAMA água é vida | Prefeitura Juiz de Fora

ELES ACONTECEM

A voz das grandes ofertas



Mineiro de Santos Dumont, Marco Montezi há 32 anos é a voz que apresenta diariamente as ofertas do Grupo Bahamas nas emissoras de rádios e TVs, chegando a gravar mais mil áudios por ano. A trajetória de sucesso de Montezi começou na Solar FM (hoje Mix FM 88,9), na qual gravou os primeiros comerciais, produzidos pela CR-Nova Comunicação. Montezi lembra que na época o padrão de alguns locutores era gravar para grandes marcas. “Não me importei com isso e topei o trabalho com uma empresa que começava a despontar no cenário comercial de Juiz de Fora e hoje é uma das maiores redes de supermercados do Brasil.”

Em mais de três décadas, ele destaca que o momento profissional mais difícil foi durante a pandemia, quando as redes de varejo foram orientadas a não anunciar para evitar aglomerações. “Foi muito difícil, porque coincidiu com o mesmo período em que minha mãe (dona Argentina) teve um AVC e passei a cuidar dela. Dois meses depois, as coisas foram retomadas e tudo voltou ao normal.”



Referência em pós-graduação

Clima de festa na Faculdade Suprema pela formatura da 15ª turma de Pós-Graduação em Alergia e Imunologia Clínica, com a participação de médicos de todo o Brasil. A especialização na Suprema tem proporcionado um aprendizado valioso, com acesso a um grande volume e diversidade de casos clínicos, garantindo uma formação de excelência, coordenada pelo professor doutor Fernando Aarestrup. Segundo o diretor de Pós-Graduação da Suprema, doutor Newton Ferreira de Oliveira, o curso oferece importante troca, que fortalece tanto o sistema de saúde quanto a qualificação dos profissionais, que são preparados para atuar com segurança e competência na especialidade.

O serviço de Alergia Pediátrica oferecido pela Pós-Graduação é o único atendimento referenciado pelo SUS para crianças e adolescentes em toda Zona da Mata, abrangendo aproximadamente um milhão de habitantes.

Psicanalistas em festa

Sucesso a aula aberta “Arte e Psicanálise: o triunfo do real” promovida pela pós-graduação em Teoria Psicanalítica e Cultura da UniAcademia, coordenada por Adriana Ventura e Regina Castelo. A convidada especial foi Vívian Ligeiro, psicóloga formada pela UFJF, membro do Corpo Freudiano (Sessão Rio) e professora-adjunta da UERJ. Ela também autografou o livro “Triunfo do real”. O encontro contou com a participação da cantora, compositora, atriz e psicanalista Numa Ciro, conhecida por seus monólogos cantantes e colaborações com grandes nomes da música como João Donato e Hermeto Paschoal. Nas sequência, um grupo esticou no Berttu’s para comemorar a abertura oficial do Corpo Freudiano Escola de Psicanálise - Núcleo JF.



Regina Castelo, Jodemar Costa, Elenice Fávero, Raíza Solany, Marília Barroso, Anna Ribeiro, Carla Assis, Cláudia Richa e Isabela Sartori



Carla Assis, Adriana Ventura, Vívian Ligeiro, Numa Ciro, Regina Castelo e Isabela Sartori

JF POR AÍ...

Visita em Brasília

A deputada Ana Pimentel (PT) recebeu em seu gabinete o assessor da Secretaria de Turismo, Sérgio Felix, que cumpriu extensa agenda em Brasília.



Quem recebe

O ‘sheik’ Ibrahim El Kouri (ao lado de Yone e dos filhos Patrícia e Kalil) mantém uma tradição de muitos anos, hoje, no Sítio Santo Elias.

Recebe familiares e amigos para o almoço de seu aniversário.

Cenário lamentável

Às vésperas de completar 96 anos, o Cine-Theatro Central - um dos maiores patrimônios culturais do Brasil - tem sinais de abandono incompreensível.

A fachada pichada por vândalos, pintura desgastada e a escadaria irregular agridem o projeto original do arquiteto ítalo-brasileiro Raphael Arcuri enriquecido com pinturas internas de Ângelo Bigi.

6° CONGRESSO INTERNACIONAL DE CIÊNCIA SAÚDE E ESPIRITUALIDADE
CoNupes 2025
6 ° Congresso Internacional de Ciência, Saúde e Espiritualidade
Espiritualidade no Ciclo da Vida
Venha descobrir como a **espiritualidade influencia nossa jornada**, molda nossas perspectivas e interage com nosso desenvolvimento, **saúde mental e física.**
Lisa Miller
Columbia University - EUA
Provavelmente a maior referência atual em pesquisas sobre espiritualidade na criança e adolescência.
Autora do best-seller do New York Times “The Spiritual Child”
Rossandro Klinjey
Educa
Psicólogo clínico, especialista em educação e desenvolvimento humano. Conferencista de referência em educação e saúde mental.
Alexander Moreira-Almeida
Médico, Psiquiatra, Professor UFJF
Janaína Siqueira
Psicóloga Clínica, Diretora do Neisme
Humberto Coelho
Filósofo, Professor UFJF
+23 conferencistas confirmados das áreas de Saúde e Ciências Humanas aplicadas
Aberto a estudantes, pesquisadores, profissionais e todos os interessados em Religiosidade|Espiritualidade.
Faça já sua inscrição no site: conupes.com
Informações: (32) 99809-8953
Realização
Patrocínio ihpv bairral
Apoio Rede Tribuna de Comunicação
DIAS 3, 4 E 5 DE ABRIL
JUIZ DE FORA - MG

VOO LIVRE



A estimada Imaculada Amaral Viana (foto), que por mais de duas décadas atuou na CR-Nova, comemora 80 anos neste domingo, cercada do carinho dos filhos Vinicius e Lilian, dos cinco netos e demais familiares.

William Boy a todo vapor na campanha de Páscoa do Comboio do Bem. As doações de chocolates vão para o Instituto Vitória, Educandário Carlos Chagas, Instituto Bruno e Imepp.

A competente Taís Alves assumiu a gestão de negócios da TV Integração na cidade.

O gerontólogo José Anísio (Pitico) da Silva participa de uma roda de conversa com o grupo de mulheres Vivendo e Aprendendo Sempre - VAS, nesta segunda, na Sociedade de Medicina. O tema será "Pilares para um envelhecimento saudável".

Marcus Pestana, ex-presidente do DCE, marca presença amanhã na solenidade inaugural do Projeto Trilhas da Liberdade, na UFJF.

Movimentação no showroom da Bamaq com o lançamento do novo Porsche 911.

Faltam 76 dias para a Feijoada CR.

"A Inteligência Artificial no ensino superior" é o curso que Talita Magnolo ministra nesta segunda e terça, no Projeto 3 em 1 do Portal de Periódicos da CAPES.

Dar esmola na rua é auxiliar a vadiagem. Ajude o Grupo Espírita Semente, pelo telefone 3232-6900.

Coluna editada ao som do Transamérica tocando "Vamos fugir", do Skank.

Casa nova na Cidade Alta

Lisa e Gustavo Neves receberam para almoço inaugural da casa no Residencial Alvim, projetada pelo escritório Taíssa Resende Arquitetura. O novo reduto equilibra personalidade e atemporalidade em cada detalhe, realçado com madeira e pedra que proporcionam aconchego e sofisticação. Destaque para o amplo espaço 'gourmet' integrado para receber com conforto e elegância.



Os anfitriões Gustavo e Lisa Neves ladeados por Mariana Dandie e Renan Masson



Nei e Neusa Neves da Silva



Ricardo Fortuna, Manoel Resende e Eugênio Martins



Luiz Renato Neves e Patrícia Laurindo



Germano Jaenick, os irmãos Gustavo e Eduardo com o pai Nei Neves da Silva



Marcio Muniz e Ana Gabriela Neves



Homenagem nos EUA

A professora e pesquisadora juiz-forana Ana Paula Cupertino (na foto com os filhos Diego, Gabriella e Rafael) foi premiada com o "Athena Internacional Awards" como destaque na área da saúde pela Câmara de Comércio da Grande Rochester, no estado de Nova York.

Há mais de 30 anos morando nos EUA, ela é vice-chefe do Programa de Diversidade, Equidade e Inclusão do Departamento de Cirurgia do Centro Médico da Universidade de Rochester. Teve ainda grande atuação na prevenção do câncer, como diretora associada do Wilmot Cancer Institute e desenvolveu projetos para latinos, na área de combate ao fumo.

JF POR AÍ...

Na praia de Copacabana

Aniversariante deste domingo, a jornalista Joyce Bellei exibe orgulhosa a medalha da Rainha do Mar, realizada em Copacabana. Ela participou do desafio Classic, nadando 2 km, na maior prova 100% feminina de esportes de praia do continente. "Foi muito legal ver mulheres de várias idades, com diferentes histórias, apoiando umas as outras", comentou. Outros juíz-foranos participaram da competição: Caty Schutz, Gabriela Lemonge, Marilda Monteiro, Iandra Cruz, Luciana Passos Cardoso Piazzi, Isabella Cristina da Silva Pires, Sabrina Novaes, Maristela Soranço e Vera Lemos.



Registro

Em Belo Horizonte, faleceu o engenheiro juiz-forano Ângelo Alberto Maestrini. A solidariedade da coluna à Maria Célia e aos filhos Ângela, Cid, Marco e Heloisa Maestrini.

ANTENADO

Duas médicas que retornaram de um congresso em São Paulo, trocaram mensagens num grupo do WhatsApp, encantadas com a qualidade do serviço de Uber na capital paulista.

E citaram Juiz de Fora como um dos piores que já utilizaram, observando tanto o estado dos veículos quanto a educação dos motoristas.

Elas têm razão.

É LOGO AQUI!
ANIVERSÁRIO BAHAMAS
BAHAMAS MIX
BATATA CONGELADA BEM BRASIL CHIC 1,5KG R$ 16,99 CADA
FILÉ DE TILÁPIA EMPÓRIO DO PESCADO 400G R$ 14,79 CADA
LINGUIÇA SUÍNA SAUDALI CONGELADA 1KG R$ 12,99 CADA
BABY BEEF BOVINO PUL SELECTION PORCIONADO KG R$ 44,90 QUILO
BEBA COM MODERAÇÃO
CERVEJA SPATEN MUNICH PURO MALTE LATÃO 473ML R$ 4,49 CADA
ALIMENTO PARA CÃES PITTY 15KG R$ 39,90 CADA
PROIBIDA A VENDA DE BEBIDAS ALCOÓLICAS PARA MENORES DE 18 ANOS
OFERTAS VÁLIDAS NESTE SÁBADO E DOMINGO, 22 E 23 DE MARÇO DE 2025 PARA AS LOJAS BAHAMAS VAREJO E BAHAMAS MIX ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES.
NÃO APLICÁVEIS PARA AS LOJAS EMPÓRIO BAHAMAS E BAHAMAS EXPRESS. IMAGENS MERAMENTE ILUSTRATIVAS.

Contrate o melhor benefício para os seus colaboradores sem reajuste *até o dia 31/03.*

PROMOÇÃO
ÚLTIMA CHANCE

ANS - nº 30688-6

COLETIVO EMPRESARIAL
a partir de
R$ 59,55
Mix Ambulatorial

Fale com um consultor
WhatsApp:
(32) 99995-2663

Mix Ambulatorial - Coletivo Empresarial - Ambulatorial : 477.329.16/2 - Faixa etária de 0 à 18 anos

Unimed Juiz de Fora

ASSINE A TRIBUNADEMINAS



O PRAZER DE LER O JORNAL DE JUIZ DE FORA

ESCOLHA A SUA ASSINATURA. TEMOS UMA PERFEITA PARA VOCÊ!

ANUAL	ANUAL	ANUAL	EXECUTIVA ANUAL	ANUAL
TERÇA A SEXTA E AOS DOMINGOS	QUINTA, SEXTA E DOMINGO	SEXTA-FEIRA E DOMINGO	TERÇA A SEXTA-FEIRA	SOMENTE AOS DOMINGOS
60,00	48,90	27,23	42,85	16,94
POR MÊS	POR MÊS	POR MÊS	POR MÊS	POR MÊS

LIGUE AGORA E CONHEÇA OS PLANOS SEMESTRAIS E TRIMESTRAIS
32 3313-4444 | 32 98423-1678
SEGUNDA A SEXTA-FEIRA, DE 08H30 ÀS 17H30



SEJA UM ASSINANTE

TM



MERCADO MUNICIPAL tem data de inauguração marcada para 10 de abril, repleto de novidades

ATRATIVO TURÍSTICO

Um novo mercado

Tribuna visitou o Mercado Municipal às vésperas de sua reabertura, marcada para o dia 10 de abril, e conversou com pessoas que vão compor o dia a dia do espaço

Elisabetta Mazocoli Repórter
bettamazocoli@tribunademinas.com.br

"É o mesmo mercado, mas diferente." A frase do Secretário de Turismo da Prefeitura de Juiz de Fora (PJF), Eduardo Crochet, resume o processo de mais de um ano de obras no Mercado Municipal de Juiz de Fora, parte do conjunto arquitetônico do Centro Cultural Bernardo Mascarenhas (CCBM). Seguindo a tendência dos grandes centros urbanos e da capital do estado, o espaço recebeu um investimento de R$ 11 milhões em obras, para tornar o imóvel tombado não só um lugar onde se comercializam hortifrutis, mas um verdadeiro conjunto de empreendimentos juiz-foranos em que se pode encontrar lazer, gastronomia e arte. Foram várias mudanças que tornaram o espaço mais acessível e mudaram o aspecto interno do imóvel, mantendo o que traz a identidade para o local, que na origem era uma fábrica têxtil. A data de inauguração foi marcada para 10 de abril. Às vésperas da reabertura, a Tribuna visitou o mercado e conversou com as pessoas que acompanharam as obras e vão compor o dia a dia do novo espaço da cidade.

Logo entrando no mercado, já é possível ver a diferença, com os ambientes integrados, entradas de luz natural e os boxes instalados de maneira padronizada. Outros aspectos também foram totalmente transformados: é o caso dos banheiros novos, do elevador panorâmico e do segundo andar, onde antes funcionava a Secretaria de Educação, e que agora passou a ser pensado para ambientar uma praça de alimentação. "Por dentro, tentamos manter essa arquitetura que conversa com os setores agrícolas e industriais, que já era a vocação do espaço, por ser uma fábrica. Nossa ideia era trazer o que é histórico e o que é moderno", explica Crochet, sobre as plantas instaladas no local, assim como as estruturas de aço. A reforma deu a impressão, como afirma, de que o mercado cresceu, e apesar de não ter mudado de tamanho, de fato irá passar de 32 operações comerciais para 65 boxes, lojas e restaurantes, de acordo com a Prefeitura.

FOTOS: FELIPE COURI



NO SEGUNDO ANDAR, praça de alimentação conta com palco para shows



ESPAÇO DE EXPOSIÇÃO que homenageia Nívea Bracher já começa a ter exibições em abril

Altas expectativas

Mas para que isso fosse possível, foi necessário que os trabalhadores do mercado se afastassem do espaço durante todo esse tempo e ficassem instalados em tendas no estacionamento - o que, em alguns dos casos, afetou também as suas rendas. É o caso de Marco Aurélio Neto, responsável pelo Cardápio Mineiro, restaurante que há 23 anos ocupava o mercado, e que irá funcionar no segundo andar. "A nossa expectativa é muito boa, porque o mercado mudou da água pro vinho. É outro conceito. E acho que até a mentalidade dos boxistas mudou, pelo espaço que está sendo entregue", conta. A expectativa dele, neste momento de passagem de um ambiente para o outro, é de um aumento de vendas de cerca de 40%. "Começamos no mercado porque acreditamos na importância desse espaço. E, agora, mais ainda."

Também é essa a expectativa de Davi Martins, que comanda a Linda Nata, uma casa de frios. Com experiência de 30 anos no mercado, ele percebia que nos últimos anos o comércio estava desfalcado, com vários espaços desocupados e um movimento menor que o desejado - agora, a expectativa é de mais produtores e até concorrentes. "Estamos esperando que seja um atrativo turístico." Foi com a ideia de tornar esse um point para receber juiz-foranos e visitantes que a soteropolitana radicada na cidade, Elisabete Magalhães, conhecida como Bete Baiana, decidiu passar pelo processo de licitação para ter o seu restaurante no local. Pela primeira vez no mercado, e comercializando comida baiana, ela entende que esse é um local fácil para as pessoas se reunirem e encontrarem o seu trabalho - o que, para ela, estava sendo mais difícil após a pandemia de Covid-19. "Estou com muita vontade de começar a trabalhar e mostrar essa ancestralidade. As pessoas podem ir consumir, comprar seus produtos e artesanatos. Tudo que a gente precisa fica em um lugar só, e com facilidade."

ESPAÇO DE CRIAÇÃO

Uma das grandes mudanças com a reforma foi a criação de um espaço cultural dentro do mercado. "Ele já era um espaço de produção cultural, mas não como agora. Queremos que seja uma usina de cultura", diz o secretário. Esse espaço é composto por uma sala de exibição que, como explica Crochet, terá uma programação de filmes locais, nacionais e internacionais. Entendendo Juiz de Fora como um polo audiovisual, um dos conceitos que a prefeita Margarida Salomão (PT) enfatizou mais vezes durante a transição para o segundo mandato, o centro também conta com salas voltadas para a formação dos profissionais, podendo servir como estúdios, laboratórios e salas de aula.

Além disso, essa parte do mercado conta com uma galeria, batizada em homenagem a Nívea Bracher, próprio para abraçar diferentes expressões artísticas e instalações. "A primeira exposição vai contar a história desse centro histórico, mas também a história desta obra. Isso homenageia os trabalhadores que estão aqui, desde os projetistas aos engenheiros, que vão ter a sua história contada", conta. A partir da inauguração oficial, a PJF também irá divulgar uma programação cultural de domingo a domingo, que ainda inclui um palco de apresentações localizado na praça de alimentação do local. Outro diferencial, no sentido de promover os espaços de criação, foi a instalação dos boxes voltados para artesanato, em um ambiente próprio e separado para isso, que contará com 25 artesãos.

ESSÊNCIA DE JUIZ DE FORA

Durante as reformas, foi entendido que, para que se tornasse realmente um atrativo turístico no coração da cidade, era preciso fazer adaptações. "Colocamos banheiros universais, com acessibilidade e rampa para todos os lugares, em um espaço que foi construído há mais de um século, sem ter essa preocupação. Foi um desafio enorme, mas necessário para que seja um lugar para todos", afirma. O projeto, como o secretário explica, levou em conta essa inspiração em outros espaços, que aproveitaram o patrimônio que já tinham para promover uma ocupação mais interessante da cidade.

No entanto, para dar a cara de Juiz de Fora, ele explica que o diferencial foi justamente mostrar a diversidade de produções que a cidade tem e como é capaz de conter, dentro de um ambiente, tudo isso. "Juiz de Fora é essa cidade que tem de tudo e que tem tudo para mostrar. Vamos mostrar isso desde o campo, com a produção agrícola, mas também com a charcutaria e o Queijo Minas Artesanal, as opções já preparadas com boa gastronomia, a nossa cerveja artesanal e a nossa produção artística", destaca Crochet.

DIVERSÃO

Corinto Center Park chega a Juiz de Fora

Maior roda gigante itinerante do Brasil e maior torre de queda livre itinerante da América Latina são algumas das atrações

Primeiro chegam as luzes, em seguida os sons das brincadeiras e, depois, a adrenalina. Carrinho de bate-bate, crazy dance, montanha-russa e a maior roda gigante itinerante da América Latina chegaram a Juiz de Fora na última sexta-feira (21), no parque de diversões Corinto Center Park (localizado na Deusdedith Salgado, ao lado do Hotel Ibis). O parque fica em Juiz de Fora até dia 4 de maio. Os ingressos custam a partir de R$ 15.

Esta é a primeira vez do parque em Juiz de Fora. Segundo Emerson Barreto, gerente administrativo do Corinto, as expectativas são muito grandes: "A cidade está bem agitada com nossa chegada, todos querendo se divertir".

Entre as atrações, estão: Crazy Dance, Disko, Kamikaze, Taga Disco, montanha-russa e mais de 15 brinquedos infantis. As principais são a maior roda gigante itinerante do Brasil com quase 30 metros e a maior torre de queda livre itinerante da América Latina, que prometem, de acordo com o gerente, muita alegria e levar a adrenalina a mil.

Os ingressos individuais custam R$ 15, existindo o desconto de R$ 10 na compra de quatro. O passaporte, de segunda a sexta-feira, custa R$ 59,99, enquanto no sábado e domingo o valor é de R$ 69,99.

CONFIRA OS HORÁRIOS DE FUNCIONAMENTO

Segunda a sexta-feira, das 18h às 22h
Sábado e domingo, das 16h às 22h

DIVULGAÇÃO



PARQUE OCUPA A Deusdedith Salgado até o dia 4 de maio, abrindo todos os dias

HORÓSCOPO

João Bidu

ÁRIES 20/3 A 20/4
Use o dia para focar no que é importante para você e melhorar sua imagem. A tarde promete ótimos momentos com amigos e muitos elogios. Deixe o passado pra trás para alcançar novos patamares. Na conquista ou a dois, o dia promete fortalecer o romance. COR: AZUL-ROYAL PALPITES: "07, 34, 43"

TOURO 21/4 A 20/5
Deixe seu lado aventureiro assumir o controle hoje! Este é o dia perfeito para explorar novos lugares ou visitar um ente querido distante. Seja receptiva a um convite espontâneo e divirta-se! No amor, esteja aberto para uma conexão à distância. Lembre-se de ouvir seus instintos. COR: VERDE-CLARO PALPITES: "25, 43, 52"

GÊMEOS 21/5 A 20/6
Domingo vem com promessa de animação e novidades. Amizades e viagens ganham destaque. Abra espaço para compromissos de última hora e novas experiências. A noite se desenha perfeita para organizar o que está pendente e esquentar a intimidade. COR: AZUL-CLARO PALPITES: "11, 29, 54"

CÂNCER 21/6 A 21/7
Domingo é dia de se conectar com quem importa em sua vida, Câncer! Experimente algo novo no visual e prepare-se para os elogios. Nos assuntos do coração, o amor está no ar! COR: PRETO PALPITES: 58, 04, 22"

LEÃO 22/7 A 22/8
Hoje pode ser dia de descanso, Leão, mas as responsabilidades te chamam. Encare tudo seriamente, até mesmo as domésticas, e lembre-se de cuidar da saúde. Abandonar maus hábitos pode lhe trazer grandes ganhos. Surpresa boa e muito bom humor no amor. COR: BRANCO PALPITES: "52, 20, 38"

VIRGEM 23/08/ a 23/09
Domingo de brilho especial para Virgem! A Lua traz encanto em seus passos e surpresas agradáveis estão por vir. Hora perfeita para mudar hábitos e cuidar do corpo. Seu charme está irresistível e sair da rotina com o par pode ser delicioso! COR: LILÁS PALPITES: 33, 50, 15"

LIBRA 24/9 A 22/10
Domingo de vibrações positivas no lar e na família. Curtir a companhia dos seus amados pode aquecer seu coração. À tarde, prepare-se para uma reviravolta romântica! Seja cuidando do seu amor ou buscando um, o romantismo está em alta. COR: BEGE PALPITES; "08, 51, 14"

ESCORPIÃO 23/10 A 21/11
Hoje, seu ânimo e comunicação estão a mil! Perfeito para se conectar com os mais próximos e fazer novos contatos. Uma volta ao ar livre para relaxar e recarregar sua energia é a pedida do dia. À tarde, aproveite as boas energias para assuntos domésticos e saúde. No amor, o clima leve vai dar um up no romance COR: AMARELO PALPITES: "05, 32, 41"

SAGITÁRIO 22/11 A 21/12
Domingo promissor! O céu favorece seus interesses financeiros, ótimo para planejar o orçamento do próximo mês. Além disso, prepare-se para diversão e conquistas amorosas ao entardecer.. COR: GOIABA PALPITES: "21, 39, 46"

CAPRICÓRNIO 22/12 A 20/1
Você começa a semana com energia! Defenda seus interesses, siga seus desejos e aproveite seus hobbies favoritos. Esteja presente para a família e brilhe em seus relacionamentos pessoais. No amor, cuidado com possíveis desentendimentos à noite. COR: VERMELHO PALPITES: "54, 36, 09"

AQUÁRIO 21/1 A 18/2
Hoje, a solução que você procura para um problema antigo pode surgir, se você confiar na sua intuição aguçada. Tire um tempo para si - medite, descanse! À tarde, aproveite para se divertir com pessoas queridas. Uma boa conversa também pode dar vida ao romance. COR ROSA PALPITES: "22, 15, 06"

PEIXES 19/2 A 19/3
Você aproveita o domingo renovando laços de amizade e se aventurando em novos encontros! Atenção à uma possível treta com alguém conhecido ou amigo! No amor, tudo está protegido. COR: VERDE PALPITES: 22, 04, 14"

#FaçaCoquetel
Assine e receba no conforto da sua casa!
www.assinecoquetel.com.br
Acesse nosso site!
@coquetel /editoraCoquetel
COQUETEL

Solução

CRUZADAS

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

Lugar em que são montados os capítulos de uma novela de TV
Apelido do cartunista Ernani Diniz Lucas
Evento turístico de Caruaru (PE)
Tema da biografia
Muito forte (a dor)
Liga (aparelho elétrico) a uma tomada
Letra básica à sílaba, em português
Substância usada pela polícia para dispersar multidões
Cada plano bolado por Cebolinha (HQ)
O indivíduo sempre esperançoso
Adquirido por financiamento (o carro)
Templo do culto judaico
Estado da Costa do Dendê (sigla)
Registros escritos de assembleias
Inteligente, em inglês
Dom (abrev.)
Associação Brasileira de Imprensa (sigla)
Privado do uso da razão
O plano alternativo ao principal
País homônimo de assado natalino
A amada de Tarzan
Marcha de carros
Especialização na área de negócios
Significa "contrário", em "antiético"
"Confederação", na sigla CNI
Nelson Sargento, sambista
Ente
"Demais", no "gauchês"
Jardim de delícias descrito na Bíblia
Sinal numérico de zero
Parte giratória do ventilador
Corpo vegetativo das algas (Bot.)
Instância psíquica ligada à realidade
A cobra que injeta veneno na sua vítima
Instrumento de (?), categoria da flauta
New (?), plano econômico de Roosevelt
Cervídeo que habita a Escandinávia
Animal mitológico
Estímulo auditivo
A (?): sem mais ninguém
Diz-se de uma acusação sem provas
Certificação cobiçada por empresas
Ernö Rubik: criou o Cubo Mágico
Transitivo direto (abrev.)
Celebrado com festa (aniversário)

BANCO 4/deal — nani. 5/smart. 7/licorne. 12/ilha de edição — improcedente.

58

Os resumos dos capítulos são fornecidos pelas emissoras e estão sujeitos a mudanças em função da edição das novelas

GAROTA DO MOMENTO 18h

SEGUNDA-FEIRA (24)
Raimundo acredita em Beto. Bia mente para Clarice e Celeste. Ana Maria descobre que Iolanda está grávida. Jacira desconfia de Creiton. Maristela garante a Bia que ela terá Beto. Lígia conforta Ronaldo. Nelson arma uma bomba caseira para estragar o show de Érico. Beto desabafa com Ulisses.

TERÇA-FEIRA (25)
Beatriz exige que Beto se afaste dela. Carlito desmaia. Celeste estranha o comportamento de Bia. Lígia aconselha Beto. Carlito é operado de emergência. Jacira deduz que Creiton é um impostor. Glorinha avisa a Beatriz que Beto a está procurando. Clarice conforta Teresa. Topete planeja uma forma de despertar ciúmes em Eugênia. Zélia e Maristela ameaçam Letícia.

QUARTA-FEIRA (26)
Maristela revela a Juliano que chantageou Letícia Clarice repreende Bia. Beatriz pede perdão por ter duvidado de Beto. Topete e Ana Maria selam um acordo para fingir que namoram. Jacira se livra de Creiton. Beatriz pede ajuda a Basílio para desmascarar Letícia. Alfredo sofre uma estafa. Beto revela que os Alencar compraram o laudo de Letícia. Ronaldo agride Beto. Bia procura Beatriz.

QUINTA-FEIRA (27)
Beto afirma a Ronaldo e Raimundo que não se casará com Bia. Alfredo acredita que ainda está casado com Teresa. Raimundo dá um ultimato em Beto sobre o casamento com Bia. Carlito volta para casa. Anita beija Alfredo na tentativa de recuperar sua memória. Beto deixa a casa de Raimundo e pede abrigo para Vera. Orlando se aproxima de Ana Maria. Beto diz a Bia que se casa com ela se ela assumir a culpa do roubo do colar de joias e inocentar Beatriz.

SEXTA-FEIRA (28)
Bia recusa a proposta de Beto. Juliano pressiona Raimundo pelo noivado de Beto e Bia. Topete pede Ana Maria em namoro. Bia vê Beto com Beatriz e passa mal. Juliano, Raimundo e Beto levam Bia para o hospital. Érico admira o talento de Carlito para a elétrica. Sérgio pede ajuda a Jacira. O médico afirma que o estado de Bia é sério. Iolanda revela a Ana Maria que Topete é seu irmão. Clarice pede que Beatriz desista de Beto para salvar Bia.

SÁBADO (29)
Beatriz diz a Clarice que ela não tem direito de lhe pedir para desistir de seu amor. Ana Maria fica reflexiva ao saber que é filha de Orlando. Beatriz decide acatar o pedido de Clarice. Basílio insinua que ficará na empresa até mais tarde. Marlene acredita que Érico e Carlito se reconciliarão. Érico incentiva Carlito a estudar. Beto aceita se casar com Bia, mas impõe suas condições a ela.

VOLTA POR CIMA 19h

SEGUNDA-FEIRA (24)
Madalena enfrenta Cacá. Jão se surpreende com a atitude do diretor da viação Estelar. Gigi ameaça Violeta. Chico leva Cacá embora da loja de Madalena. Nando confessa a Miranda que voltou a tomar anabolizantes. Jin vai embora da casa de Doralice, e Tati se entristece. Ruth diz a Marco que quer deixar a casa de Rodolfo. Neuza aceita a proposta de Roxelle. Rodolfo convida Belisa para ficar com ele em seu haras. Madalena alerta Osmar sobre Cacá. Jão organiza uma paralisação com funcionários da viação Estelar e Formosa. Rique implora que Rosana não revele quem é a pessoa com quem ele está se relacionando. Ana Lúcia pede que Madalena perdoe Cacá. Cacá exige que Violeta a trate como um membro da família Castilho.

TERÇA-FEIRA (25)
Violeta diz a Cacá que ela não tem direito a nada de sua família. Madalena discute com Ana Lúcia. Jão conversa com Sidney sobre a paralisação dos funcionários. Tati aconselha Osmar a contar para Violeta que ela não está mais no comando dos negócios. Cida se emociona com o tratamento que Sidney dá a Lucas. Chico alerta Madalena sobre Cacá. Osmar ameaça Cacá. Funcionários da viação Estelar e Formosa aderem à paralisação. Zezito fotografa Marco e Violeta conversando. Jão pede demissão da viação Estelar. Jayme flagra Alberto com Tereza no colo e se enfurece. Gigi conta para Joyce que Sebastian e Yuki terminaram. Gerson questiona Violeta sobre seu encontro com Marco.

QUARTA-FEIRA (26)
Violeta mente para Gerson, que finge acreditar na história. Tereza gosta de ver Jayme com ciúmes. Violeta conta para Osmar sobre seu encontro com Marco. Ruth questiona Belisa sobre seus sentimentos por Rodolfo. Osmar revela para Yuki que foi ele quem denunciou Gerson à polícia. Sebastian sente falta de Joyce. Edson se alegra ao saber que Jão pediu demissão da viação Estelar. Tati repara no envolvimento entre Alberto e Doralice, e comenta com Madalena. Gigi e Bernardo jantam juntos. Sebastian vai à casa de Joyce. Edson convida Jão a voltar para Formosa. Gerson expulsa Marco, Ruth e Gigi de sua casa.

QUINTA-FEIRA (27)
Ruth e Gigi não deixam Marco enfrentar Gerson. Sebastian e Joyce ficam juntos. Bernardo confessa a Silvia e Yuki que está gostando de Gigi. Madalena e Tati questionam Doralice sobre Alberto. Rodolfo decide sair de casa, e Gerson se preocupa. Tati reclama de não conseguir falar com Jin. Rosana reclama ao saber que Jão voltará para a Formosa. Tereza se irrita ao ver Jayme sem camisa na casa de Joyce. Violeta e Osmar decidem ajudar Marco. Belisa aconselha Sebastian sobre Joyce. Doralice e Alberto se aproximam. Gigi surpreende Belisa. Jão faz um pedido a Madalena.

SEXTA-FEIRA (28)
Madalena aceita o pedido de Jão. Gigi exige que Belisa aceite Rodolfo. Doralice e Alberto se declaram. Gerson recebe a família de Roxelle. Caçapa avisa a Gerson que Marco fará uma reunião com Osmar e Violeta. Hana atende o celular de Jin e fala com Tati. Alberto pensa em Doralice. Rique estranha o comportamento de Rosana. Cacá se revolta ao saber sobre Jão e Madalena. Jayme abandona o ônibus no meio da viagem. Jin é impedido de usar seu celular. Osmar e Violeta se unem a Marco contra Gerson.

SÁBADO (29)
Marco e Osmar organizam o esquema de ataque. Jão toma posse de seu novo cargo na viação Formosa. Jin se revolta com Ha-Yun. Chico tranquiliza Cacá. Tereza repreende Jayme. Neuza e Rosana se enfrentam. Min-Ji é solidária a Jin. Hana faz Tati ser expulsa do hotel onde Jin está hospedado. Cacá humilha Chico durante um ataque contra Madalena. Jô, Sebastian, Rodolfo e Belisa tentam convencer Roxelle a desistir de se casar com Gerson. Gerson descobre o plano de Marco e se antecipa ao irmão. Madalena conta para Jão como Cacá tratou Chico. Marco é obrigado a atacar a Vila Cambucá, e avisa a Osmar, que se desespera.

MANIA DE VOCÊ 21h

SEGUNDA-FEIRA (24)
Mércia salva Molina dos capangas de Bóris e da polícia. Tomás apoia as atitudes de Berta contra Ísis. Hugo decide processar o laboratório ao descobrir que não tem nenhum problema de saúde. Fátima aceita o pedido de casamento de Gael. Hugo confronta Robson ao descobrir que ele é responsável pela falsificação de seu exame. Leidi decide ajudar Ísis, que ameaça Berta. Molina desperta e descobre que Mércia o levou para sua ex-casa na ilha do Corvo, mantendo o empresário sob suas ordens

TERÇA-FEIRA (25)
Mércia afirma a Molina que terá a família com que sempre sonhou. Ísis cai em uma armadilha. Mércia convida Mavi e Luma para encontrar com ela e Molina. Mavi aceita o convite de Mércia e Molina, com a intenção de descobrir o esconderijo dos dois. Tomás pede um tempo para Evelyn. Dhu aceita o convite de Luma para ser a chef do restaurante. Luma e Mavi chegam à ilha do Corvo e ficam desconfortáveis na presença de Mércia e Molina.

QUARTA-FEIRA (26)
Mavi tenta tranquilizar Luma. Berta recebe Evelyn e Henriquinho em sua casa. Mavi cobra de Mércia a promessa que ela fez de entregar Molina à polícia. Luma aceita a proposta de Molina, que promete ajudá-la a recuperar o quadro de arte em troca de não denunciá-lo. Berta toma decisão sobre seu relacionamento com Sirlei. Mavi e Luma fecham um acordo com Molina. Mércia propõe um brinde ao amor, diante de Molina, Mavi e Luma.

QUINTA-FEIRA (27)
Não foi divulgado pela emissora.

SEXTA-FEIRA (28)
Não foi divulgado pela emissora.

SÁBADO (29)
Não foi divulgado pela emissora.

REPRODUÇÃO/ TV GLOBO



NA ÚLTIMA semana da novela, Mavi e Luma fecham um acordo com Molina



LUIZ HENRIQUE DUARTE

Designer de interiores

@iqueduarte

ESPECIAL **VERÃO**

Entre o novo e antigo: **transformação sem quebra-quebra**



Cores, texturas e padrões trazem detalhes equilibrados em harmonia maximalista

A arte de transformar um espaço pode surpreender os conceitos dos simples mortais, invólucros na mesmice e com receio de ousar no processo de construção das próprias referências, que dizem respeito ao seu estilo e gosto pessoal. O arquiteto José Leonardo Afonso é responsável por captar na essência as necessidades que a proprietária deste apartamento desejava: trazer o novo e antigo para o seu lar.

"No meio das referências que ela me mandou tinha uma imagem que me chamou atenção", disse o arquiteto. Era uma imagem de um ambiente mais maximalista, que tinha cores e uma pegada que misturava o antigo com novo.

Mais que detalhes

Contudo, o arquiteto mesclou uma paleta de cores que valoriza o contexto feminino, como tons rosados avermelhados, rosado envelhecido e detalhes na marcenaria com a mesma nuance de tinta, entrelaçando as tonalidades distintas em equilíbrio como o Rosa Glamour e Truque de Mágica. Outro destaque é para o papel de parede em listra avermelhado na parede angular do corredor, que traz um mix de estilos integrados com beleza, coerência e bastante sofisticação.

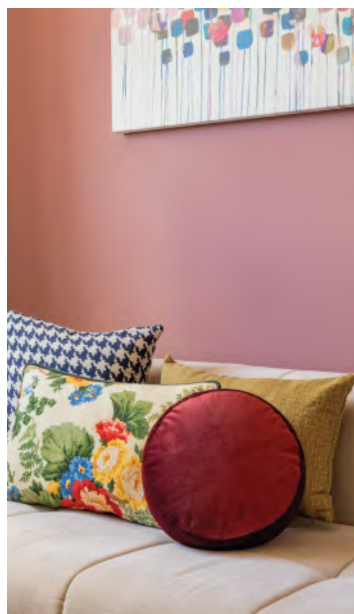
Cores e destaques

O quadro de girassol, pintado pelas mãos da proprietária do apartamento quando tinha 9 anos de idade, resgata as memórias afetivas e traz a lembrança de sua infância. O mural de fotos no corredor com molduras mistas, amadeiradas e metalizadas resgata momentos vividos. Um leve toque com fundo amarelado de laranja menos saturado envolve um dos cantos decorados. O tecido garimpado com leve estampa floral é visto em uma área que delimita os espaços.

Destaque

Os tapetes orientais evocam a suavidade e propagam a incidência de tons de azul. Os vasos de plantas humanizam com a vegetação natural. O destaque é para o banco amarelo no corredor que traz mais personalidade ao ambiente, equalizando com bom gosto todas as peças neste sublime projeto de interiores.











Design, móveis e objetos

O sofá é novo, faz contraste com a cristaleira antiga e mesa lateral rústica com uma imponente luminária de design contemporâneo. Os objetos de decoração usados foram adicionados com perfeição mesclando os novos e garimpados na feira da Avenida Brasil; outros, já faziam parte do acervo. A mesa de jantar traz uma questão afetiva, foi feita pelo pai da proprietária e faz parte do projeto atual. As cadeiras de jantar trazem mais conforto e traços mais delicados.

GIRO DO DESIGN

- A especialista em mercado imobiliário Jamile Baeta, da Monterrey Imóveis, está ao vivo todas as terças-feiras na Rádio Transamérica, esclarecendo dúvidas comuns de quem mora em condomínios.
- A Joana Diniz Decoração apresenta a Coleção Tartans, uma celebração ao clássico que permanece atemporal, aliado a estampas charmosas, listas elegantes e tecidos lisos cuidadosamente escolhidos. A coleção oferece uma fusão única de design, conforto e autenticidade.
- Na Fontesville Cortinas e Persianas, um bom projeto começa com escolhas inteligentes, e a do fornecedor faz toda a diferença! As novas opções do catálogo Kazza trazem materiais modernos, versáteis e de alta qualidade para transformar seu ambiente com sofisticação e funcionalidade.
- Entre os aniversariantes de destaque deste domingo está o arquiteto José Leonardo Afonso, que faz sucesso com seus projetos diferenciados.
- E qual será a grande tendência para a Páscoa 2025? O excesso de informação e espaços lúdicos demais perdem a força. A evocação cultural e litúrgica da celebração ganha ambientes que trazem a conotação familiar e reflexiva, passando valores para as próximas gerações.

PATROCINADORES

CONCEITO | .Dommanni

CASA MATTOS Prazer em Construir

maxi Coffee time

FICHA TÉCNICA

Projeto: José Leonardo Afonso (arquiteto)

Fotos: André Coronha (arquiteto, paisagista e fotógrafo)

MISTURA GASTRONÔMICA

Tiramisu mineiro

Conheça a história de Alvaro Machado Filho, que criou a Alfarr, e aprenda a fazer sua receita do doce italiano

Renato Knopp*
renatoknopp@tribunademinas.com.br

Na última sexta-feira (21), foi celebrado o Dia Mundial do Tiramisu. A data, que costumeiramente passa batida por muitos, foi comemorada em uma casa na Rua Renato Dias 142, no Bairro Bom Pastor. Lá funciona a confeitaria e casa de chás Alfarr, administrada pelo confeiteiro Alvaro Machado Filho.

Inaugurado no início de 2025, o espaço carrega nas louças, no teto e em vários outros detalhes um pouco da doçura presente nas vitrines. "Muitas pessoas vêm aqui colocar o papo em dia, ou mesmo só desfrutar do ambiente. Já teve até pedido de namoro", conta o confeiteiro.

O espaço contrasta, em muito, com a vida laboral anterior de Alvaro. Mesmo que sempre tenha gostado de "comer bem e comer muito", seu primeiro trabalho foi no setor da indústria. Durante 35 anos atuou como mecânico de usinas hidrelétricas e no setor petrolífero. O que mudou em 2020, a partir da aposentadoria: "Decidi criar uma nova vida para mim, trabalhando com gastronomia, focando na confeitaria, por gostar muito de doces".

Dessa vida antiga, entretanto, carrega alguns ensinamentos que o ajudam hoje na cozinha. "Era muito importante ser preciso, seguir regras, padrões. Na confeitaria precisamos seguir as fichas técnicas, para a coisa não desandar. Muitas vezes fazendo um prato quente jogamos uma graminha de algo para mais, para menos, e o sabor vai se ajustando. Ao fazer isso com um prato doce, dependendo do que faz, uma grama de açúcar a mais deixa o sabor muito forte. Uma das coisas que trabalho nos meus doces é que não sejam extremamente doces. A precisão, a técnica, a sequência de execução, por mais que sejam áreas totalmente distintas, existe essa semelhança na forma de executar."

Após a mudança na carreira, entrou para a faculdade de gastronomia. Depois, não parou mais. Fez cursos em São Paulo e Rio de Janeiro, viajou o mundo em busca de diferentes sabores e mesclas, que parecem cantar, do brigadeiro ao tiramisù, os versos de Lô Borges: "Sou o mundo, sou Minas Gerais".



FELIPE COURI

TIRAMI-SÔ, UAI!

A hipótese mais provável para o surgimento do tiramisu data do início do século 20, na Itália. Composto de chocolate, café, açúcar e ovos, o doce foi criado com o intuito de revigorar boêmios e trabalhadores da noite. Com sua difusão, algumas mudanças começaram a ocorrer, como no caso da região italiana de Vêneto, onde clara e gema eram usadas, diferentemente de outras regiões, que utilizavam somente a gema.

Atualmente, esta é a sobremesa mais vendida da Itália. No ano de 2021, durante a pandemia, foram vendidas 20 toneladas, via aplicativos de entrega. Este boom do doce no século 21 fez com que ele se espalhasse mundialmente, aumentando sua variação de sabores. A Academia do Tiramisu e a Copa do Mundo do Tiramisu (TWC) foram criadas com o intuito de expandir e regular o doce mundo afora. Em 2023, o Brasil faturou a sétima edição da (TWC), com a vitória de Patricia Guerra.

Em terras juiz-foranas, Alvaro criou o "Tirami-Sô uai!!!", uma homenagem aos imigrantes italianos em Minas e a cultura do estado, para participar do concurso do JF Sabor, em 2024, no qual levou o segundo lugar em sua categoria. "Existem várias referências ao estado. O biscoito é fabricado aqui na cozinha, como uma forma de homenagear as quitandeiras mineiras. O queijo mascarpone também é feito aqui, como uma forma de homenagear nossa cultura queijeira. E, para fechar, uma ganache de cachaça."

*Estagiário sob supervisão da editora Cecília Itaborahy

TIRAMISU CLÁSSICO

Por Alvaro Machado Filho

INGREDIENTES PARA O QUEIJO MASCARPONE

1 frasco de 500mL de creme de leite fresco
1 limão

MODO DE PREPARO DO QUEIJO MASCARPONE

O primeiro passo é extrair o suco do limão, peneirar e reservar. Em fogo médio, aqueça o creme de leite em uma panela, até que que inicie a fervura, mexendo sempre. Assim que a fervura for iniciada, acrescente o suco de limão e mexa por mais cinco minutos. Após essa etapa, desligue o fogo e deixe esfriar. Depois que o creme de leite esfriar, drene o soro. Para isso, coloque em cima de uma peneira um pano de prato limpo e seco e, em seguida, coloque a peneira sobre uma panela. Verta o creme de leite sobre o pano e guarde na geladeira por 24h.

Finalizada a espera, o queijo estará pronto para ser usado. Agora, pode-se seguir para a receita do tiramisu.

INGREDIENTES DO TIRAMISU

4 ovos
300g de queijo mascarpone
8 colheres de açúcar refinado
2 caixas de biscoito champagne
300mL de café coado forte ou café espresso
Cacau ou chocolate em pó para polvilhar



MODO DE PREPARO

Inicie o processo preparando o café e o reservando. Depois, separe a gema das claras e bata as gemas com quatro colheres de açúcar até que fiquem esbranquiçadas. Acrescente o queijo mascarpone e bata até obter uma mistura homogênea. Reserve o resultado final.

Após ter feito isso, bata as claras com as quatro colheres de açúcar restantes e faça um merengue. Junte o merengue, delicadamente, ao creme feito com as gemas e o queijo mascarpone. Faça uma fina camada de mascarpone em uma forma média (aproximadamente 25cm X 30cm) para, em seguida, mergulhar no café a parte de cima dos biscoitos champagne.

Posicione os biscoitos de maneira enfileirada sobre a primeira camada de creme. Depois, cubra os mesmos com uma camada de creme de mascarpone e repita o processo dos biscoitos. Cubra esta nova camada de biscoitos com outra camada de creme mascarpone, alisando bem para que fique nivelada.

Com a utilização de uma peneira, polvilhe o cacau em pó sobre todo o creme e leve para a geladeira, deixando que fique lá por pelo menos duas horas. Após isso, o tiramisu ficará pronto.

30 EDIÇÕES

Festival É Tudo Verdade acontece em abril

Programação de um dos principais eventos de documentário do Brasil acontece em São Paulo e no Rio de Janeiro de forma simultânea

WILSON DIAS/AGÊNCIA BRASIL



VLADIMIR CARVALHO é o grande homenageado desta edição do É Tudo Verdade, que exibe nove de seus longas--metragens

De 3 a 13 de abril, cinco salas de cinema em São Paulo e três no Rio de Janeiro recebem simultaneamente a 30ª edição do É Tudo Verdade - Festival Internacional de Documentários. Entre longas, médias e curtas-metragens, a edição de 2025 exibirá 85 produções de 30 países. O Programa Especial 30! rememora a trajetória do festival que inclui ainda conferências, debates e sessões em streaming.

O programa do É Tudo Verdade estrutura-se em Mostras Competitivas, sendo elas Longas/Médias-Metragens Brasileiros, Longas/Médias-Metragens Internacionais, Curtas-Metragens Brasileiros e Curtas-Metragens Internacionais, e Mostras Não-Competitivas, sendo dividas em Programas Especiais, O Estado das Coisas, Foco Latino-Americano e Clássicos É Tudo Verdade.

Os documentários brasileiros que narram as trajetórias da cantora Rita Lee e da atriz Marília Pêra terão pré-estreia mundial nas sessões de abertura. "Ritas", de Oswaldo Santana, será exibido aos convidados no dia 2 de abril, às 20h30, na Cinemateca Brasileira, em São Paulo. A abertura para convidados no Rio de Janeiro exibirá "Viva Marília", de Zelito Viana, no dia 3, às 20h30, no Estação Net Botafogo.

"São dois filmes que celebram duas artistas brasileiras essenciais do século 20. É muito bacana também que são filmes estilisticamente muito diferentes. E é muito bacana ver que o documentário brasileiro tem se sofisticado. E esses filmes são muito diferentes do convencional que mostra do nascimento à morte", disse o diretor-fundador do festival, Amir Labaki.

O encerramento do festival exibirá "Trens", de Maciej J. Drygas, que mostra uma viagem de trem artística e reflexiva pela Europa do século 20, composta inteiramente por imagens de arquivo, que revela como a maravilha do movimento pode se tornar uma maldição.

"Ele traz a história dos trens e com isso a história social da economia, sobretudo europeia e da história da Europa, a partir do dos trens que esse elemento marcadamente cinematográfico. E esse é o documentário mais caro já feito na Polônia. O filme tem uma importância pela forma como ele mexe com o arquivo. E deve levantar uma questão importante, sobre a qual precisamos refletir, que é o quão caro ficou trabalhar com arquivo", ressaltou Labaki.

O festival homenageia este ano a obra de Vladimir Carvalho (1935-2024), um dos cineastas mais marcantes na história do É Tudo Verdade, com a exibição dos nove longas-metragens por ele realizados em mais de meio século.

A retrospectiva internacional destaca a obra do diretor britânico Humphrey Jennings (1907-1950), considerado o primeiro poeta da produção não-ficcional inglesa. O ciclo apresenta oito de seus clássicos, entre eles "Fires were started" (1943) e "Family portrait" (1950), e um documentário sobre a sua obra, dirigido por Kevin Macdonald, vencedor do Oscar de 1998 com "Um dia em setembro".

DIVULGAÇÃO



NO RIO DE JANEIRO, o documentário "Ritas", sobre Rita Lee, abre a programação do festival

REPRODUÇÃO



CLÁSSICO BRASILEIRO de Eduardo Coutinho, "Cabra marcado para morrer", inspira a capa do catálogo desta edição e ainda ganha sessão especial na programação

30 anos ininterruptos de festival

A celebração dos 30 anos ininterruptos de É Tudo Verdade traz o Especial 30!, com projeções e encontros, exibindo três documentários marcantes da história do evento. "O velho - A história de Luiz Carlos Prestes", de Toni Venturi, e "Noel Field - A lenda de um espião", do suíço Werner Schweizer, foram os primeiros vencedores das mostras competitivas da segunda edição, em 1997.

Também ganha nova sessão especial o clássico "Cabra narcado para morrer" (1984), de Eduardo Coutinho, que inspira a capa do catálogo da 30ª edição.

ATIVIDADES PARARELAS

O É Tudo Verdade terá ainda uma cerimônia de premiação e um seminário com quatro cineastas brasileiros que venceram a mostra competitiva em outras edições: Eliza Capai, Joel Zito Araújo, Paulo Sacramento e Roberto Berliner.

Outra atividade paralela do festival é a 22ª edição da Conferência Internacional do Documentário, em co-realização com a Cinemateca Brasileira, e os encontros da Formação Spcine Convida.

"O fato deste festival alcançar neste ano sua 30ª edição confirma antes de tudo nossa confiança inicial: o documentário estava a exigir uma janela anual específica no país que propiciasse o acesso do público das salas à excelência e à originalidade da produção não-ficcional brasileira e internacional", avalia Labaki.

A 30ª edição do É Tudo Verdade - Festival Internacional de Documentários conta com patrocínio do Itaú, parceria do Sesc-SP e apoio cultural da Spcine, da RioFilme, do Galo da Manhã e do Itaú Cultural. A realização é do Ministério da Cultura, por meio da Lei de Incentivo à Cultura (Lei N. 8313).

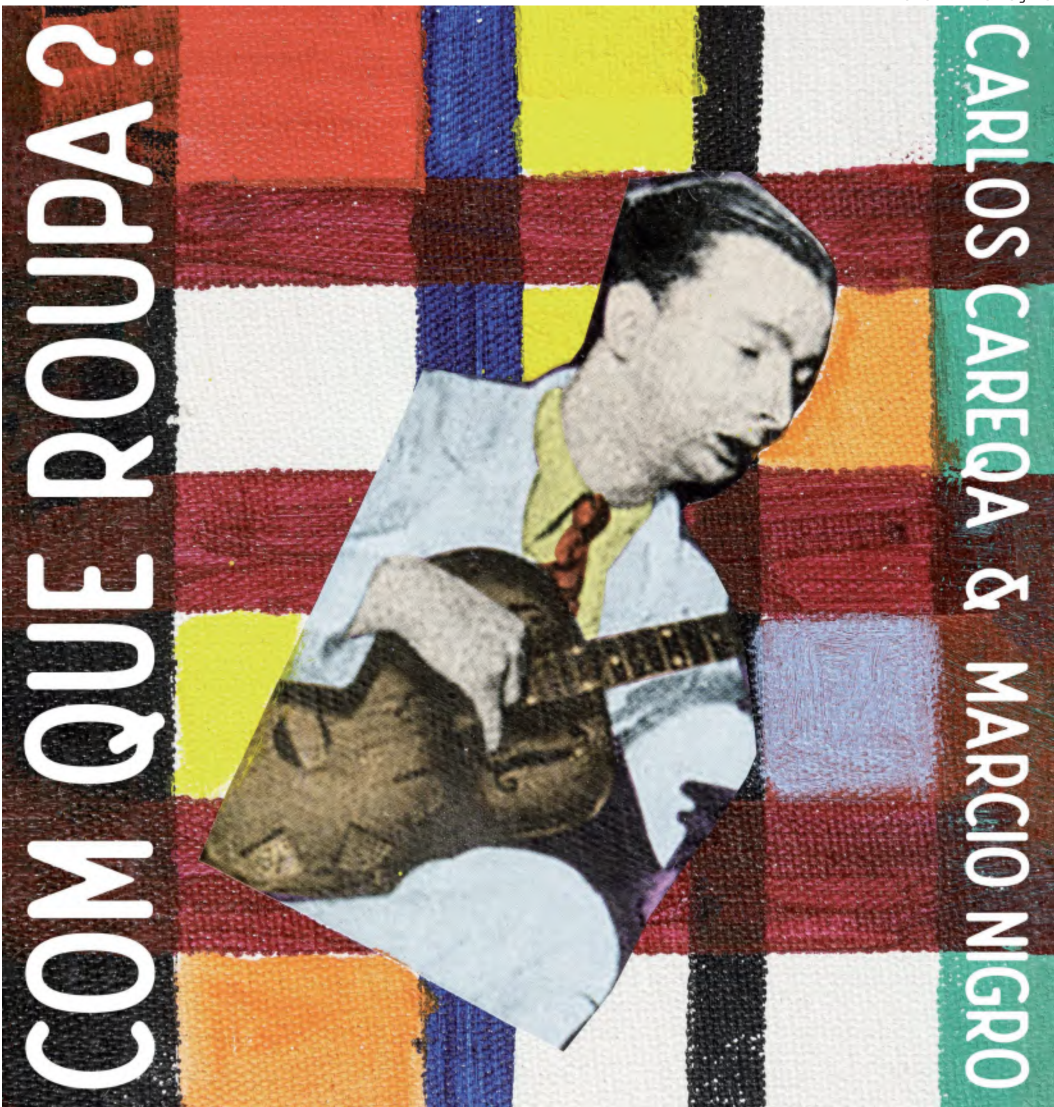
A programação completa pode ser vista no site do festival.



Aquiles Rique Reis,
vocalista do MPB4

O Noel que Carlos Careqa tem em si

FOTO REPRODUÇÃO



"Com que roupa?" (Barbearia Espiritual Discos), o novo EP de Carlos Careqa, é um álbum criado para demolir convenções, vocação primeira de um artista sempre disposto a profanar o usual. Algo que ele faz com a convicção de quem não se vale apenas de seu canto meio rouco, teatral de tudo e anticonvencional. Faz com a coragem de um Davi que desafia os Golias do mercado.

Queimando convenções, substituindo o usual pelo desvelo de seu talento, sua obra fala por si, e fala, também, por outros que não se cansam de ouvir suas "descomposições".

Influenciado por Chico Mello (compositor curitibano residente em Berlim), Carlos Careqa vai mostrando as canções de Noel Rosa através de uma interpretação original, levada às últimas consequências. Como um Mario Reis do século XXI, CC deu o passo mais certeiro para fazer deste novo trabalho algo especial. Ao trazer para o álbum o multi-instrumentista Marcio Nigro - parceiro identificado com as maluquices que lhe foram apresentadas por CC -, elevou andares acima tudo o que se poderia imaginar de uma concepção instrumental para interpretar Noel Rosa.

Carlos Careqa e Marcio Nigro não temeram conspurcar o trabalho do icônico compositor da Vila Isabel. Ao contrário, idolatraram sua tradição por um viés oposto, dando-lhe jeito renovado em sua pureza e acrescentando intenções musicais que só os grandes têm coragem de fazer. Agora, ao EP.

"Com que roupa?" vem com levada da produção eletrônica de Nigro. CC canta em duas vozes que se sobrepõem. Suas divisões rítmicas atraem suingue pro samba.

"João ninguém": a capella, CC entra em cena. Nigro traz a harmonia arritmo. A tragédia do João Ninguém palpita sobre acordes que se repetem. Logo, a levada ganha ritmo, acirrando a história tristonha do personagem.

"Palpite infeliz": o samba vem como se tocado numa caixa de fósforos. CC brilha. O suingue desponta. O bom humor de Noel flui na interpretação de um não-sambista, mas que canta como se fosse um. E assim vai até o momento em que Nigro muda a pegada, com acordes eletrônicos repetidos, e chama CC, que se ajunta a ele.

"Três apitos": o ritmo marcado repetidamente pelo computador de Nigro deixa CC cantar a saudade do amante rejeitado. Com voz intensa, ele deixa ver que com ela a intenção original de Noel ganha novo e mais triste enredo. Uma pausa teatral antecede o fim do arranjo.

"Último desejo": CC vem a capella. Nigro usa sons eletrônicos repetidos, tocados em blocos, que se confundem com ruídos metálicos. Mesmo com algumas notas diferentes da original, com voz sussurrada, CC reforça a dramaticidade dos versos, cantando-os como ainda não se ouvira.

Olha só, Carlos Careqa, certa vez eu escrevi que você, por ser um esquadrinhador irrequieto, um alucinado "desarrumador" de convenções, tem bicho carpinteiro nas ideias. Graças aos deuses, você continua tendo.

3MILTOQUES | Elis compôs sem escrever



Marcos Araújo
Jornalista

Se estivesse viva, Elis Regina completaria 80 anos, em 2025. Sua ausência, no entanto, jamais significou esquecimento. A forma como Elis interpretava as canções que escolhia para cantar as tornava parte de sua identidade, ao ponto de ser quase impossível dissociá-las de sua voz. Elis não era compositora no sentido convencional, mas, a meu ver, sua interpretação era, em si, uma forma de composição. Ela reinventava cada música, imprimindo uma emoção singular e insubstituível.

DIVULGAÇÃO

Na época em que Elis surgiu, predominava o canto contido e quase sussurrado da Bossa Nova, um jeito de cantar tido como contraponto ao estilo expansivo da era do rádio. No entanto, Elis rompeu essa barreira, imprimindo na MPB sua maneira de cantar, colocando nas músicas sua intensidade, sua dramaticidade e sua entrega absoluta. Não se tratava apenas de reproduzir a melodia e a letra, havia uma fusão entre ela e a música, algo que transcendia a simples emissão da voz. Elis sentia cada palavra, transformando a letra em emoção palpável.

Esse compromisso visceral com a interpretação elevou o patamar das composições brasileiras. Suas versões de músicas como "Como nossos pais", "O bêbado e o equilibrista" e "Madalena" não apenas as popularizaram, mas as eternizaram em um formato único, que se confunde com sua presença. Cada sílaba cantada por Elis carregava um peso emocional que só ela poderia dar, criando um novo significado para o papel do intérprete na música popular.

O legado de Elis Regina transcende seu tempo. Sua capacidade de transformar a canção em narrativa pessoal, de se apropriar das letras e dar-lhes uma dimensão emotiva, influenciou gerações de cantores que vieram depois. Se a MPB atingiu um nível de sofisticação e profundidade em sua forma interpretativa, muito se deve à presença arrebatadora de Elis, que, sem escrever uma linha sequer, compôs uma das mais ricas heranças da música brasileira.

EDITAIS

SALVADOR BARREIROS NOTAROBERTO

Missa de 7º Dia

A família de Salvador Barreiros Notaroberto agradece as manifestações de pesar recebidas por ocasião de seu falecimento e convida parentes e amigos para a MISSA DE 7º DIA, a ser celebrada no dia 24/03/2025, segunda-feira, na Igreja de São Mateus, às 18h.

CONDOMINIO DO EDIFICIO TORRES LA RESIDENCE
Rua Severino Meireles, 135 – Bairro Alto dos Passos – Juiz de Fora – MG

CONVOCAÇÃO

Na qualidade de síndico do Condomínio do Edifício Torres La Residence, convoco todos os condôminos para uma Assembleia Geral Extraordinária a ser realizada no salão de festas do edifício no dia 02/04/2025 (quarta-feira).
A reunião acontecerá às 18h30 em primeira convocação, com a presença de condôminos que representem metade das frações ideais, ou às 19h00, em segunda convocação, com qualquer número de presentes, para deliberarem sobre a seguinte ordem do dia:
PREVISÃO ORÇAMENTÁRIA COM A POSSIBILIDADE DE REAJUSTE DAS COTAS CONDOMINIAIS.

Juiz de Fora, 20 de março de 2025.
Fernando Cerqueira Nery
Síndico Profissional

OBSERVAÇÕES:
• É lícito aos condôminos se fazerem representar na assembleia ora convocada por procurador, munido com procuração específica;
• A ausência dos condôminos implica na concordância aos assuntos que forem tratados e deliberados;
• Os condôminos em atraso nos pagamentos de suas taxas condominiais não poderão votar nas deliberações.

EDITAL DE CONVOCAÇÃO ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA CONDOMÍNIO RESIDENCIAL CRISTO REDENTOR 31 DE MARÇO DE 2025 1ª Convocação: 18h30, com a presença da metade mais um dos proprietários; 2ª Convocação: 19h com qualquer número de proprietários presentes. O Síndico do Condomínio Residencial Cristo Redentor, situado à Rua Redentor, 280, Paineiras, Juiz de Fora - MG, convoca todos os Srs. proprietários para se reunirem em Assembleia Geral Extraordinária, a realizar-se no dia 31 de março de 2025, no salão de festas do condomínio para tratar da seguinte pauta: Deliberação e aprovação de obra para reforma do telhado dos blocos C, H e L – Taxa extra e/ou utilização de parte do fundo de reserva; ATENÇÃO: Os Proprietários que estiverem em atraso com o pagamento das taxas de condomínio, multa e pendências judiciais, não poderão participar de discussões a respeito da reunião, de acordo com o art. 1335, III do Código Civil. Apesar de ser permitida a presença de todos os proprietários ou representantes legais com procuração e quite com suas obrigações nesta Assembleia, somente aquele que assinar o livro de presença terá o direito de participar dos assuntos que estiverem sendo tratados, não cabendo ao outro (a) qualquer manifestação Juiz de Fora, 21 de março de 2025.Sebastião Ailton Prudente da Silva - Síndico

Personale
RESIDENCES

CONDOMÍNIO PERSONALE RESIDENCES

EDITAL DE CONVOCAÇÃO
ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA

A Síndica do Condomínio Personale Residences, situado à Rua Luz Interior, nº 500, bairro Santa Luzia, nesta cidade, com base na Lei nº 10.406 de 10/01/2002 (Código Civil Brasileiro), Lei nº 4591 de 16/12/1964 (Lei de Condomínio), na própria Convenção de Condomínio, bem como nas demais legislações supervenientes, convoca os senhores condôminos proprietários de unidades para uma Assembleia Geral Extraordinária que será realizada no dia 10 de abril de 2025 (quinta-feira), no estacionamento coberto do Bloco 02.
(Artigo 26)
Primeira Convocação: às 19h com a presença de condôminos que representem pelo menos ¼ (um quarto) do Condomínio, ou em Segunda Convocação: às 19h30 com qualquer número de condôminos de unidades presentes, para tratarem dos seguintes assuntos da pauta:
(Artigo 25 § 2º)
1) Deliberações com relação:
a) Sistema de filtros harmônicos a serem instalados na rede comum do Condomínio;
b) Aquisição e instalação de uma segunda escada na piscina de adultos;
c) Compra de novos brinquedos para brinquedoteca e para área do parquinho;
2) Instituição de taxas extras e/ou utilização do saldo do fluxo de caixa para fazer face às despesas autorizadas.
"Os condôminos poderão fazer-se representar nas reuniões por procuradores com poderes gerais e bastantes para legalmente praticar os atos necessários e contrair obrigações, devendo o instrumento de procuração ter firmas reconhecidas e ser apresentado no início da Assembleia." (Artigo 31)
"Os condôminos em atraso no pagamento das quotas que lhes couberem nas despesas de Condomínio, bem como respectivo reajuste monetário, juros e multa, não poderão tomar parte nas deliberações assembleares e, se inobstante a proibição deste artigo, votarem nas Assembleias, os seus votos serão nulos." (Artigo 32)
"As decisões das Assembleias Gerais serão obrigatórias para todos os condôminos, ainda que vencidos nas deliberações, ou que a ela não tenham comparecido, mesmo que ausentes do domicílio, importando o silêncio em anuência, nos termos do art. 111 do Novo Código Civil Brasileiro." (Artigo 28)

Juiz de Fora, 24 de março de 2025.
A Síndica

AVISO DE PROCESSO LICITATÓRIO
SERVIÇO AUTÔNOMO DE ÁGUA E ESGOTO DE TOCANTINS - SAAET

O **SERVIÇO AUTÔNOMO DE ÁGUA E ESGOTO DE TOCANTINS - SAAET**, por meio do Departamento de Licitações e Contratos Administrativos da Prefeitura Municipal de Tocantins/MG; torna público que se fará realizar Processo Licitatório nº 004/2025- SAAET, Pregão Eletrônico nº 003/2025 - SAAET, cujo objeto é contratação de empresa especializada para a prestação de serviço de hospedagem de site, em atendimento ao Serviço Autônomo de Água e Esgoto -SAAET, que será realizado no dia 04/04/2025 às 08h, conforme edital completo que pode ser consultado no endereço www.tocantins.mg.gov.br.

CASA SÃO CAMILO DE LÉLIS
ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA
CONVOCAÇÃO

A Presidente do Conselho Deliberativo e a Diretora Administrativa da Casa São Camilo de Lélis, no uso de suas atribuições, conforme os artigos 9º, b e 10, a, do Estatuto, convocam os senhores membros do Conselho Deliberativo e sócios para Assembleia Geral Ordinária a realizar – se na sede da entidade, situada na Rua José Nunes Leal nº 42, em Santa Luzia, no dia 30 de março de 2025, às 09h30, em primeira convocação e, não havendo número regulamentar, em segunda convocação, às 10h, com qualquer número de membros presentes, para tratar dos seguintes assuntos:
a) Apreciação e aprovação das contas da Diretoria, relativas ao ano de 2024;
b) Assuntos Gerais.
Juiz de Fora, 20 de março de 2025.

Karina Crepaldi Alves Duarte
Presidente do Conselho Deliberativo
Marilda P. Bellini
Diretora Administrativa

SUPERFÁCIL

Anúncios Fonados 32 3313-4447 / WhatsApp (32) 98404-7538

Comunicados

RECADOS

LIA procuro homem Militar união séria 60a ou + 99143-6483

Empregos

PRECISA-SE

Precisa-se

ANALISTA de RH para Imobiliária
Atividades:
Recrutamento e Seleção, Treinamento e Desenvolvimento, Cultura Organizacional
Remuneração: a combinar
Currículo: garantia@remax.com.br

PROFISSIONAIS DISPONÍVEIS

A cura começa pela fala e a associação de ideias. Marque sua sessão. Atendimento Infantil e Adulto.
Ana Carolina Brum, Psicóloga / Psicanalista CRP 04/72474 .Contato (32) 98438-0653. E serviço de acompanhante terapêutica de crianças.

Imóveis

ALUGUEL

BORBOLETA

1 Quarto

CASA 2qtos demais dep Tr 98889-7997

VIVENDAS DA SERRA

1 Quarto

AP gar no estacionamento Tr 3025-1551

3 Quartos

AP c/ gar e elevador Tr 3025-1551

Imóveis ALUGUEL

OUTROS

GALPÕES

CERAMICA galap 300m² Tr 3025-1551

LOJAS

ALUGA -se Lojas e Salas com 40m²,90 m² no 1º,2º e 3º piso da Galeria Pio X Tel - 3215-1355.

SALAS

5 salas juntas no centro Tr 3025-1551




BAÚ DA MIX
Os sons inesquecíveis de artistas que fizeram a história da música.
Snoop Dogg, U2, Mariah Carey, Aerosmith, Madonna e Coldplay são algumas das figuras carimbadas no programa.
O MELHOR MIX DO BRASIL!
MIX 88.9 FM JUIZ DE FORA



COLUNISTA LUIZ HENRIQUE
Os conteúdos do colunista Luiz Henrique abordam assuntos atuais e relevantes de interesse do universo do design de interiores, arte clássica contemporânea, arquitetura e tudo relacionado à estética dos ambientes e muito mais.




REDE TRIBUNA DE COMUNICAÇÃO
INOVAÇÃO | CONTEÚDO | CREDIBILIDADE